

健康クリニックでの取り組み

今回は人間ドック、健診でよく見られる
脂肪肝について調べました。

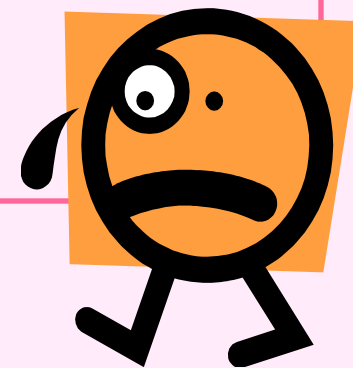


検査科

脂肪肝とは

肝臓に脂肪が過剰に蓄積した状態をいいます。

脂肪肝の判定には超音波検査が用いられています。



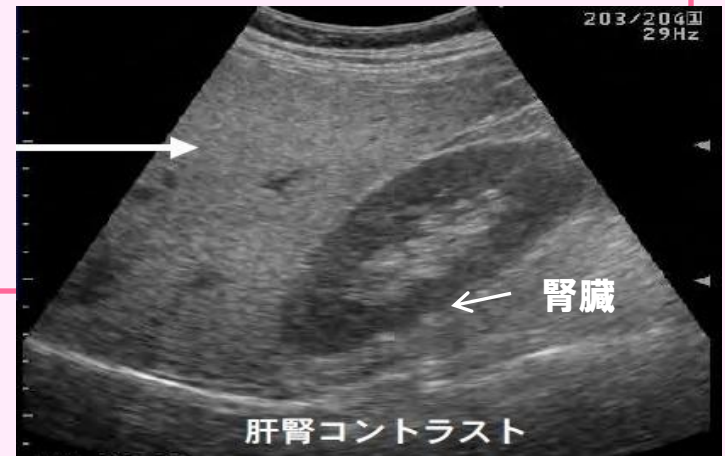
超音波検査では

肝臓が腎臓より白く見える状態を

肝腎コントラスト陽性とし、脂肪肝を評価
しています。

肝腎コントラスト (+~+++)、まだら脂肪
肝疑いと表示しています。

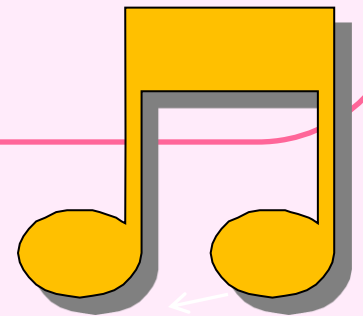
肝臓



肝腎コントラスト

近年、

**お酒を飲む習慣が無くても、
脂肪肝になり、治療が必要な肝炎
に移行する場合があります、
注目されています。**



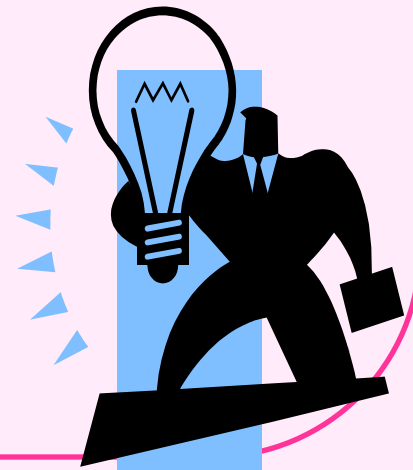
脂肪肝は

肝炎や肝硬変に進行しないものと考えられて
いましたが、

NAFLD (非アルコール性脂肪性肝疾患)

NASH (非アルコール性脂肪肝炎)

と呼ばれる病態が含まれている事
が分かり、重要視されています。



NAFLDとは

(非アルコール性脂肪性肝疾患)

**肝障害を起こす程度のア
ルコール摂取が無く、
ウイルス性など原因の明らかな
肝炎を除き、画像検査で肝への
脂肪沈着を認める肝疾患をい
います。**

NASHとは

(非アルコール性脂肪性肝炎)

NAFLDの重症例で、アルコール性肝炎に類似した炎症を認め、肝硬変から肝細胞癌へ進展し得るものを指します。



飲酒量の基準

NASH・NAFLDの診療ガイドより

・ **アルコール非摂取**：アルコール量20g / 日以内

☆1合の目安：ビール500ml、清酒180ml、

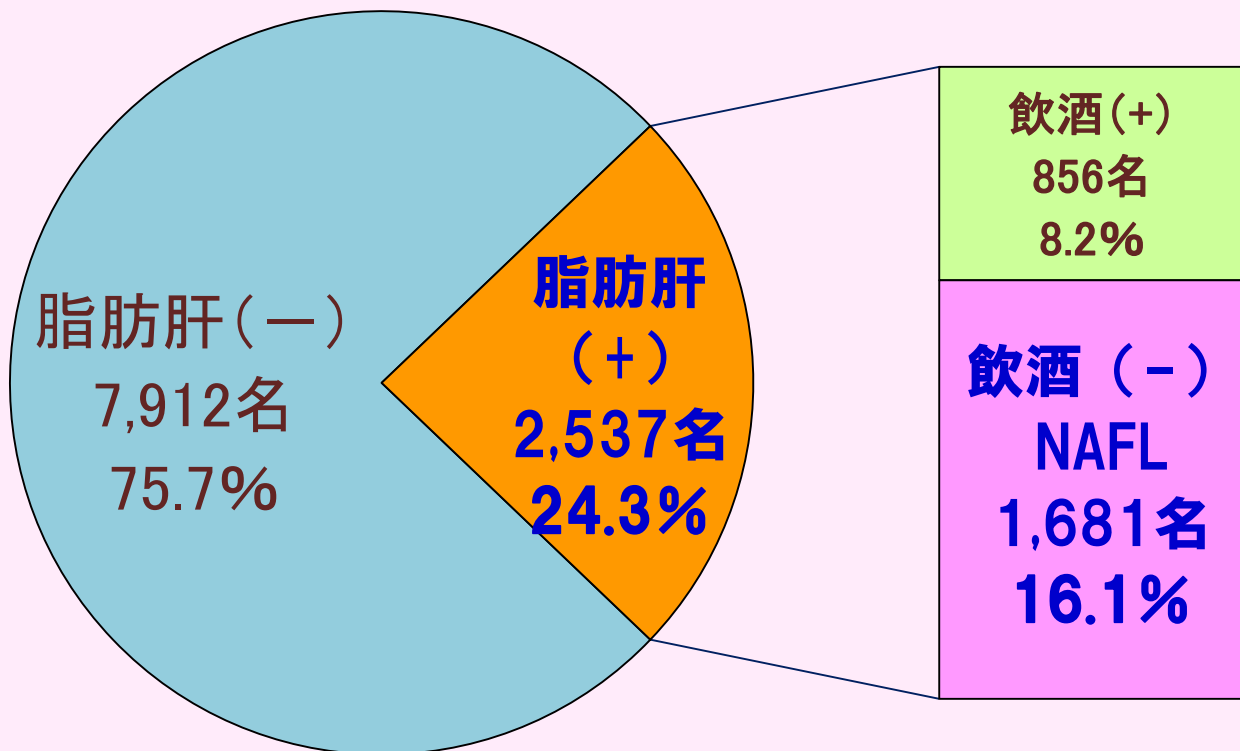
焼酎35度80ml、ワイン240ml

・ **アルコール摂取**：アルコール量20g / 日

を超える量

脂肪肝の割合

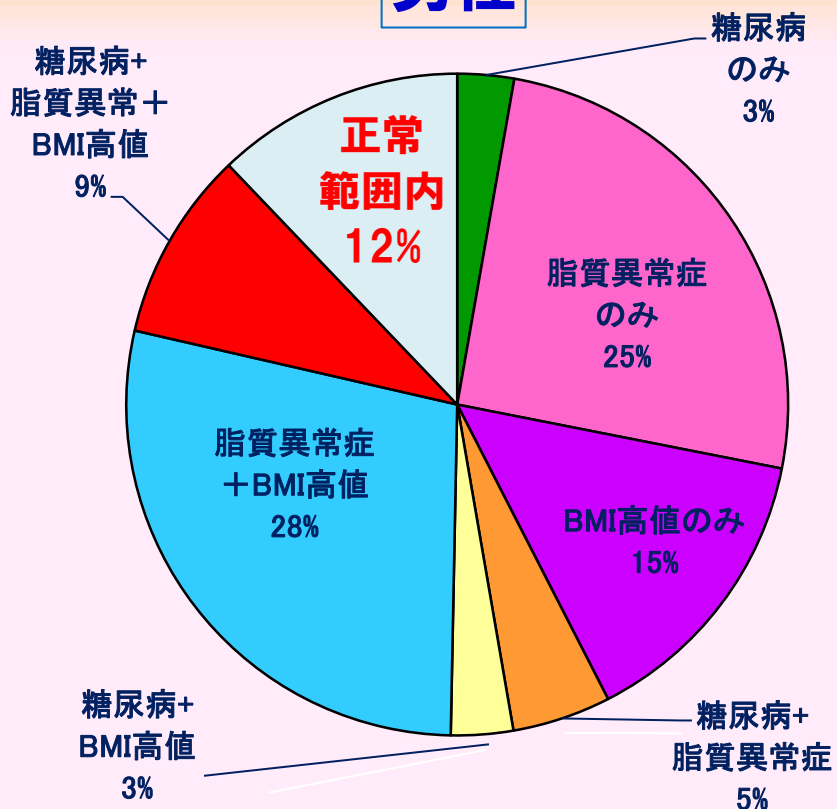
2010年4月～2011年3月に人間ドックを受診された、40～69歳の男女を飲酒量別に分類すると、**脂肪肝は24.3%**、**非アルコール性脂肪肝(NAFL)は16.1%**となりました。



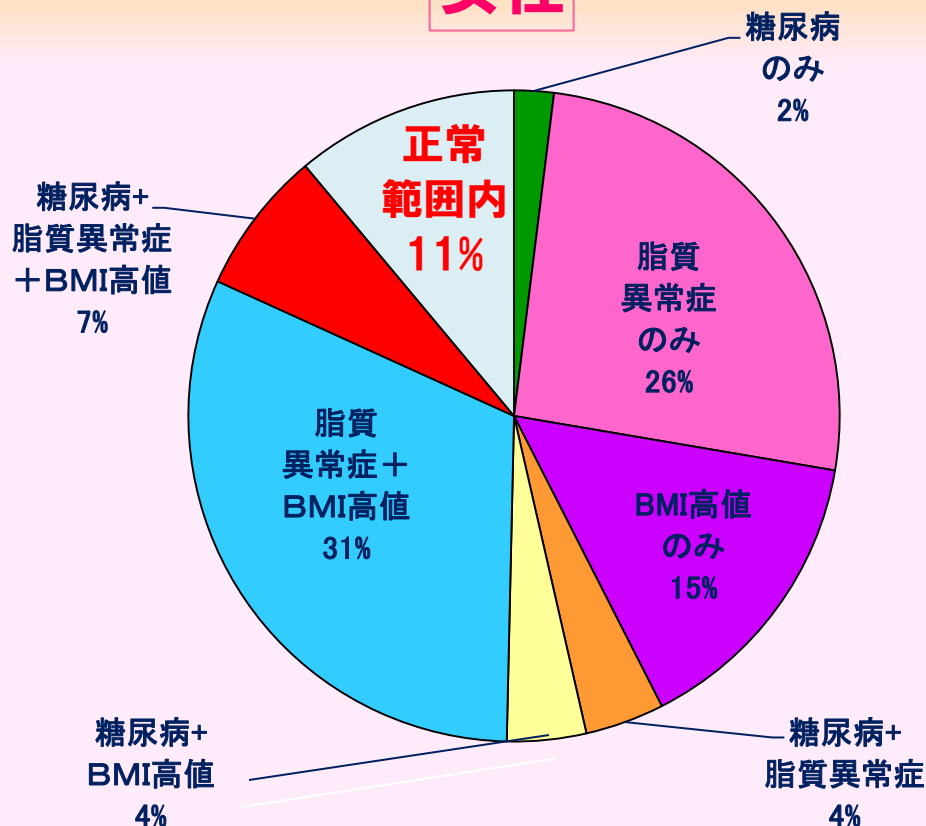
NAFL (非アルコール性脂肪肝) 群を既往別に分類すると

問診票記載の既往歴別に分類すると、約90%の方々に既往がみられました。

男性

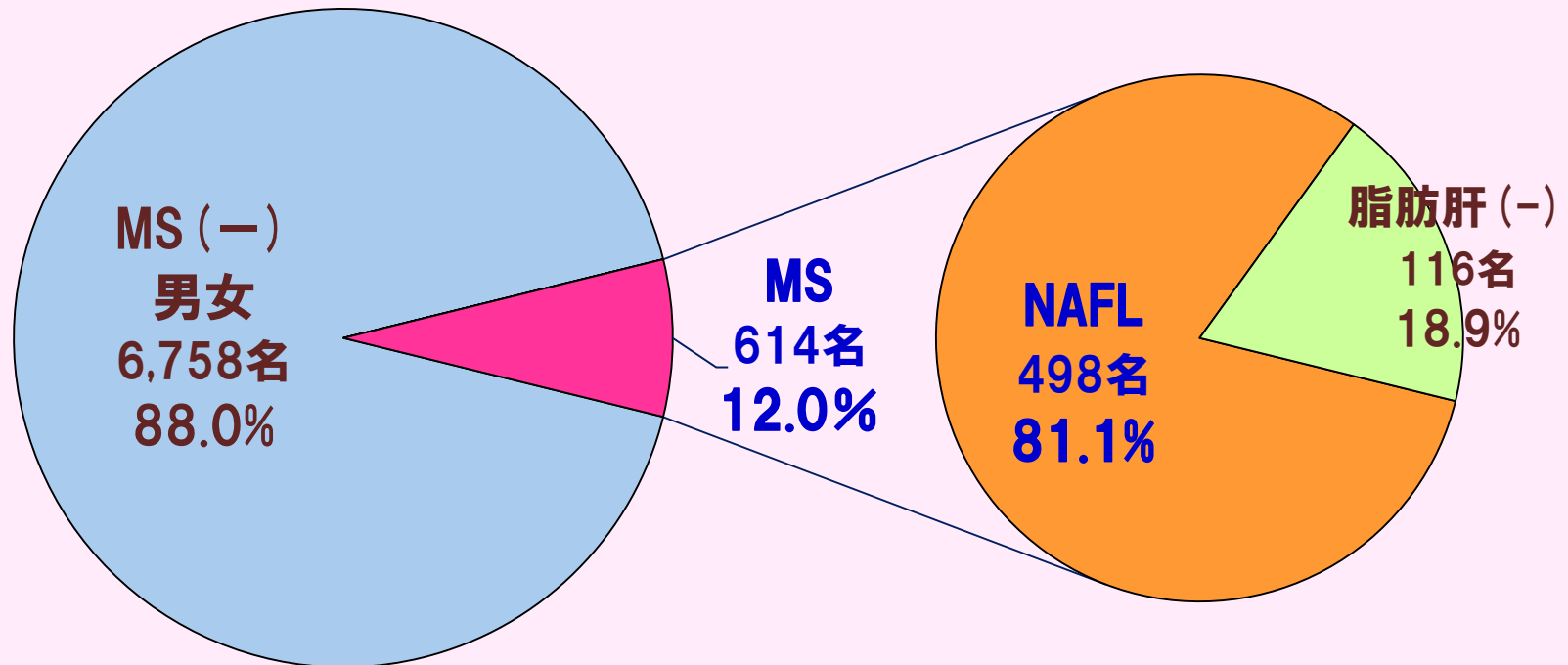


女性



アルコール(-)群のMS合併頻度

アルコール非摂取群におけるメタボリックシンドローム(MS)は12%、うちNAFL(非アルコール性脂肪肝)は81.1%と、とても高い割合で見られました。

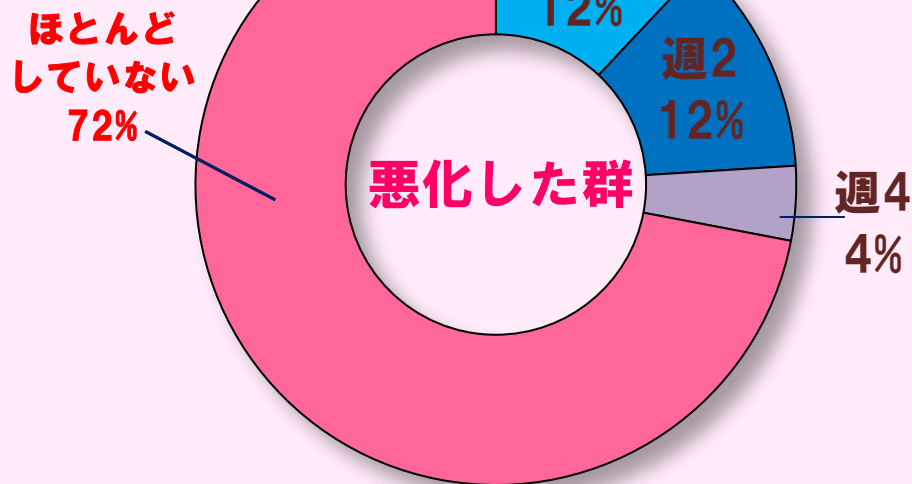


アルコール(-)群 男女 7,372名

生活習慣に関するアンケート調査

肝腎コントラストの程度に変化が見られた群を運動習慣について比較すると、改善した群では習慣的に運動を行っている傾向が見られました。

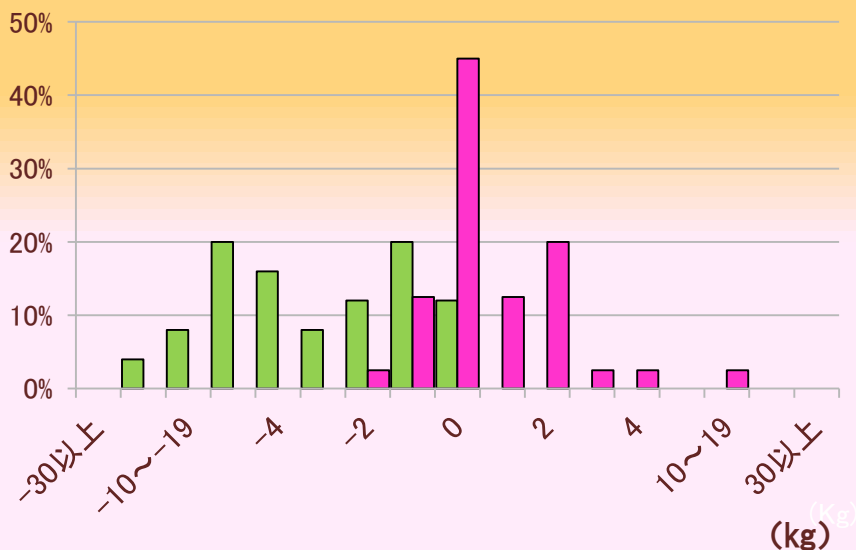
運動習慣



検査値の比較

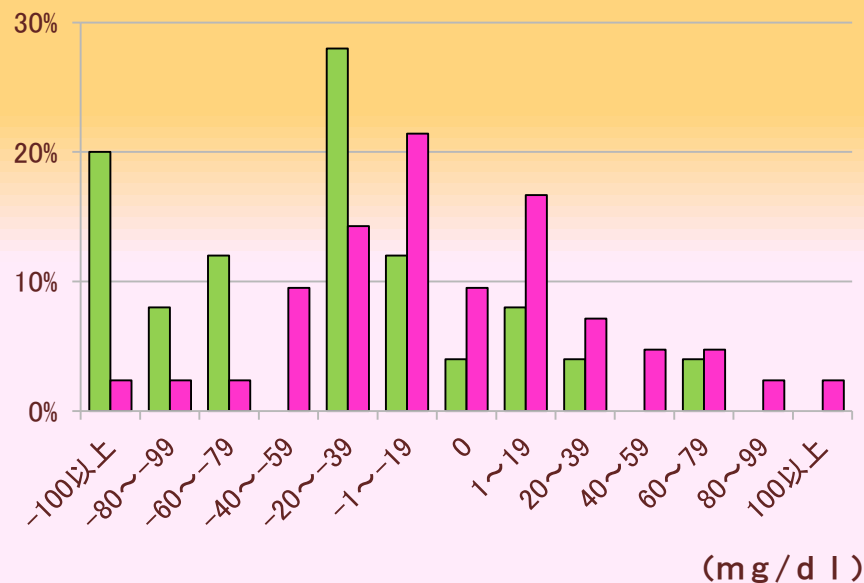
体重

■ 改善した群



中性脂肪

■ 悪化した群



肝腎コントラストの程度が改善・悪化した年と、その1年前の検査値を比較すると、改善した群は減少傾向に多く、悪化した群は軽度増加傾向に多いという結果が得られました。

まとめ

- **NAFLDの疑いのあるものは、画像検査・血液検査・既往症などを含め、早期に診断、管理していく必要があります。**
- **また、肝腎コントラストの程度の変化には、意識的な生活習慣の改善が重要であると考えられます。**

