



# 脂肪肝にご用心

## —非アルコール性脂肪肝炎—

指導：流山市・すすき内科クリニック院長 鈴木 憲治

企画：  
日本医師会

No. 271

### 最近、増えています

肝臓の中に中性脂肪がたまると脂肪肝になります。日本では、脂肪肝は10年間でおよそ2倍となり、とても増えています。

脂肪肝そのものは比較的軽い病気とされてきましたが、最近では動脈硬化の原因となるメタボリックシンドロームとの関係も注目されてきています。



肥満、高血圧、脂質異常症（高脂血症）、糖尿病と並んで脂肪肝も動脈硬化の原因と考えられています。

### お酒を飲まなくても…

脂肪肝はアルコール性と非アルコール性の2つに大きく分類され、アルコール性では脂肪肝から肝硬変へ、そして肝がんに進むことがあります。一方、お酒を飲まない人には脂肪肝は起こりにくいと思われていたのですが、肥満や運動不足、甘いものとりすぎなどが原因で、やはりここ10年くらいの間に増えてきました。

非アルコール性でも1割ほどは炎症を起こし、肝細胞が壊れ線維が増えていき、肝硬変や肝がんに移行していきます。これが非アルコール性脂肪肝炎（NASH：ナッシュ）と呼ばれる病気です。

### 積極的に検査をしましょう

脂肪肝は自覚症状がほとんどありません。しかし、血液検査や腹部超音波検査をすれば容易に発見されるものです。また、メタボリックシンドロームがある場合には脂肪肝の合併も多くなり、特にNASHの合併が心配されます。ぜひ、定期健診を積極的に受け、脂肪肝を指摘されたら、かかりつけの医師にご相談ください。



◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。