

『非アルコール性脂肪性肝疾患』

NAFLD(ナッフルド)と呼ばれる肝臓の病気。メタボリックシンドロームの一つでもあります。



三条総合病院
内科 医長
ワタナベ タカユキ
渡邊 貴之

経歴

2013年 東京慈恵会医科大学 卒業、
医師免許取得

2020年 新潟大学大学院 医歯学総合
研究科 消化器内科学分野 卒業、博士
号取得

保有資格

日本内科学会 認定内科医
日本消化器病学会 専門医
日本消化器内視鏡学会 専門医
日本肝臓学会 専門医
医学博士
新潟県緩和ケア研修会 修了
難病指定医

※撮影時のみマスクを外しています。

お酒を飲まない人もなる 肝臓の病気：脂肪肝

肝臓の病気というとお酒が関係するイメージですが、お酒を飲まない人や少量しか飲まない人もかかる肝臓の病気があります。その一つが非アルコール性脂肪性肝疾患（NAFLD：ナッフルド）です。お酒を飲まないのに脂肪肝になってしまう病気で、メタボリックシンドロームの一つでもあります。

原因として最も多いのは肥満です。肥満の人が増えるに従って、NAFLDの患者さんもだんだん増えてきています。NAFLDの多くは肝臓に脂肪がたまる「脂肪肝」のみで病気はあまり進行しません。NAFLDの10・15%は肝臓が徐々に硬くなり、肝硬変、さらには肝臓がんを発症する、非アルコール性脂肪性肝

炎（NAFLD：ナッフルド）という怖い病気になります。肝硬変、肝臓がんに至る前に早期に病気を発見することが重要です。

NAFLDは男性が40・50代の中年層、女性が70・80代の高齢層で多く、男女で年齢に違いがあるのが特徴です。

脂肪肝が見つかったら 消化器内科の受診を

脂肪肝は自覚症状がなく、健康診断や人間ドックがきっかけで見つかることがほとんどです。脂肪肝と言われたら、NAFLDではないかどうか、肝硬変ではないかどうか調べる必要があります。血液検査の血小板の数値や、FIB-4 index（フィブフォーインデックス）という年齢と血小板、肝臓の数値で調べる計算式があり、肝臓の硬さの指標になります。さらに専門的に調べる検査として、超音波エラストグラフィというものがあります。肝臓を超音波で見ながら、体に負担をかけることなく肝臓の脂肪量や硬さを測定できるため、とても有用です。健康診断で異常を指摘されたら、早めに消化器内科

を受診して調べてもらいましょう。

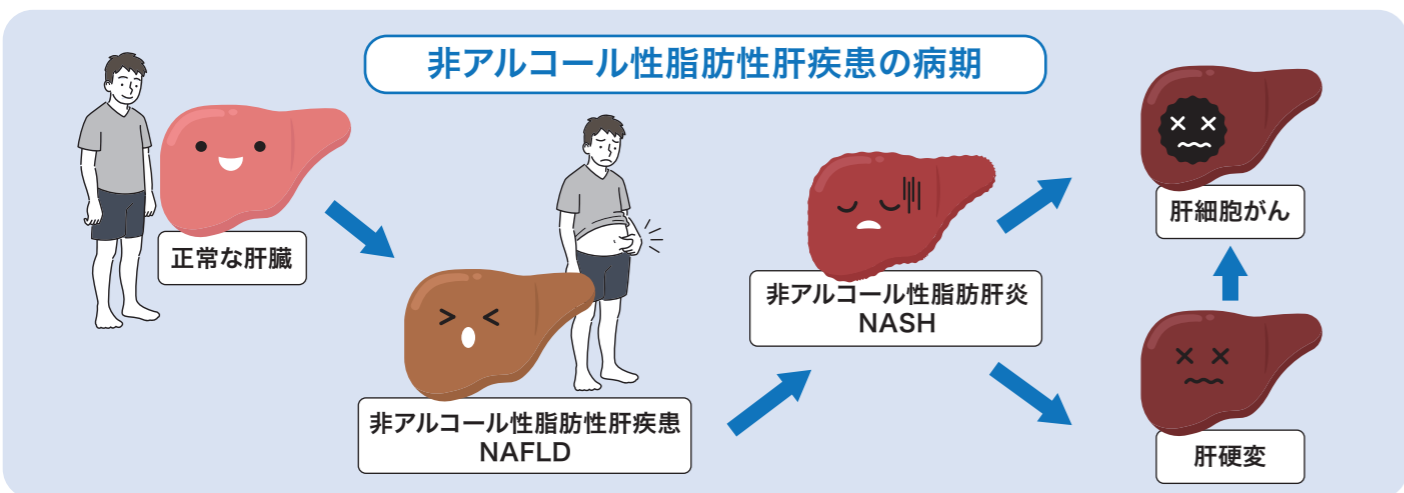
生活習慣の改善と ダイエットで治療を

脂肪肝の治療はとにかく生活習慣の改善です。肥満がある場合はダイエットが一番の治療方法になります。なかなか簡単ではありませんが、なかなか簡単なではありません。NAFLDの場合は減量に加えて、糖尿病や脂質異常症を合併している場合はそちらの治療も必要になります。特に糖尿病ではGLP-1受容体作動薬やSGLT2阻害薬という、体重減少効果のある薬も有効とされています。

どんな病気もそうですが、早期発見がとても重要です。NAFLD、NAFLDは血液検査と超音波検査で見つければ



非アルコール性脂肪性肝疾患の病期



(参考サイト) <http://kyorin-gastro.com/patient/diseases-02.html>

れる病気なので、健康診断を受けるか、かかりつけ医に定期的に検査をしてもらい、病気を発見しないようにしましょう。