

三菱三原病院 だより



2019
夏号
発行元 / 三菱三原病院

三菱三原病院
〒729-0324 広島県三原市糸崎3丁目3-1
TEL 0848-62-7331 FAX 0848-62-7764
<http://www.mmhosp.jp/>

特集

「アルコール性肝障害について」

内科医長 鳩岡 正浩 (はとおか まさひろ)



肝障害の原因としてアルコール、ウイルス性肝疾患（B型肝炎・C型肝炎）、薬物性肝障害、自己免疫性肝疾患などが挙げられますが、今回日常診療でみることの多いアルコール性肝障害を取りあげてみます。

疫学

平均アルコール摂取量 60g 以上（日本酒換算 3 合以上）の大量飲酒者は約 860 万人と推測されています。過剰飲酒は肝障害のみならず、膵炎や心筋症、中枢・末梢神経障害、癌など様々な疾病発症に関与し生命予後を脅かします。アルコールに対する感受性は個人差が大きく、過剰飲酒によって大多数（70%～90%）が脂肪肝を発症するもののアルコール性肝炎に進展するのは過剰飲酒者の 10～20%であり、性差、栄養状態、遺伝的素因、免疫能など多くの因子の影響を受けます。女性は男性に比し 2/3 程度の飲酒量で肝障害が出現し、約半分の飲酒期間で肝硬変に至ると言われています。

病型

アルコール性肝障害は持続的な飲酒により脂肪肝 → 肝線維症（or 肝炎）→ 肝硬変に至る進展様式をとります。

アルコール過飲により最初に起こる肝病変は脂肪肝であり大量飲酒者の大半に認められます。肝組織では肝小葉の 1/3 以上に大滴性の脂肪を認めます。脂肪肝は可逆的であり禁酒により急速に改善を認めることが多いです。しかし飲酒を続けると肝臓は線維化を起し硬くなり、また肝細胞が炎症を起し肝硬変へと移行します。

肝硬変は「代償性」と「非代償性」に分かれます。代償性肝硬変は肝機能がなんとか保たれており基本的に無症状ですが、倦怠感や食欲不振がでることがあります。飲酒継続により非代償性肝硬変となると肝臓の機能が維持できなくなり黄疸や腹水貯留を認めるようになります。非代償性肝硬変の飲酒継続者では 5 年生存率は 30%以下まで低下すると報告されています。また肝硬変症例では肝癌や食道静脈瘤を認めることもあり、これらが生命予後を左右します。

治療

治療はとにかく節酒・禁酒に尽きます。

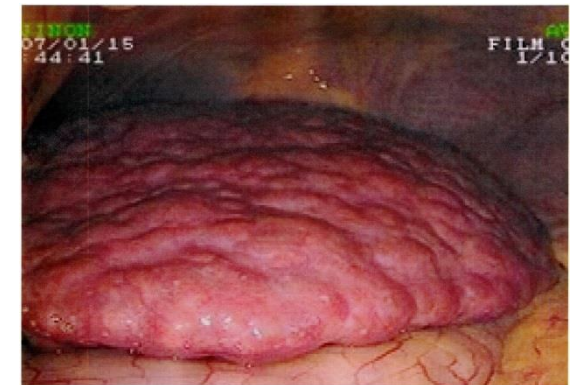
アルコールは肝臓のみならず糖尿病や脂質異常症といった生活習慣病のリスクを上昇させます。リスクを上昇させるアルコール量は 1 日に男性で 40g 以上、女性で 20g 以上とされています。アルコールはビール 500ml に 20g、チューハイ 350ml に 20g、日本酒 1 合（コップ 1 杯）に 22g、ワイン 120ml（グラス 1 杯）に 12g 含まれます。

代償性肝硬変では十分なカロリー摂取と筋肉量の維持が大切であり、適度な運動が推奨されタンパクが不足している場合にはアミノ酸製剤を服用します。非代償性肝硬変で黄疸や腹水がある場合には安静が必要ですが、過度な安静は筋肉量低下を来します。浮腫や腹水に対しては利尿剤を服用します。定期的に腹部エコーで肝癌を、上部消化内視鏡検査で食道静脈瘤をチェックして経過をみていきます。

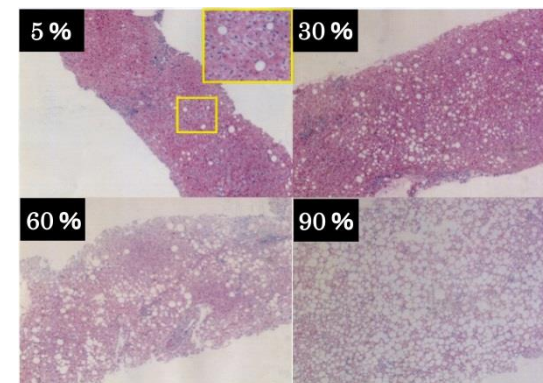
飲酒習慣があり、検診や健康診断で肝障害を指摘された方は定期的に肝機能を検査し、年に 1 回は腹部エコー検査を受けられることをお勧めします。



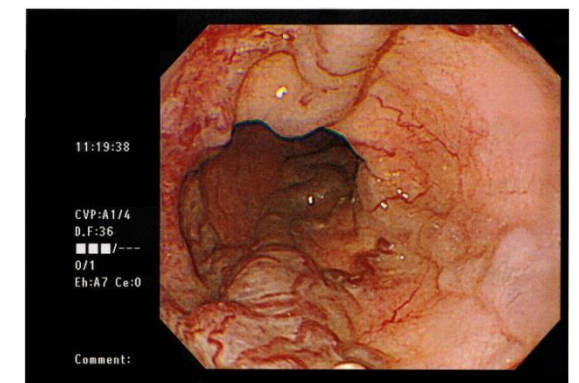
【正常な肝臓】



【肝硬変】



【脂肪沈着した肝臓】



【食道静脈瘤】

三菱三原病院 電話（代表）：(0848)-62-7331 FAX:(0848)-62-7764
居宅介護支援事業所 電話（代表）：(0848)-62-7470 FAX:(0848)-62-7431
各種介護保険事業 訪問介護事業所：(0848)62-7720 ショートステイみつびし：(0848)61-4101
デイサービスみつびし：(0848)62-7742

三菱三原病院のホームページ <http://www.mmhosp.jp/>

概要をはじめ、外来案内や各科案内、関連施設案内から求人情報、交通手段、人間ドックの案内など、詳細を記載しています。

