



肝ぞう通信

第11号 《肝疾患の日常ケアについて》

お知らせ

肝疾患医療センターは、肝疾患に関する心配事や悩み事のご相談にお応えしています。

当院では、総合相談室が窓口になっております。

場所：病院1階
総合相談室

受付時間：

平日 9:00～15:00

土曜日 9:00～12:00

(第2・4土曜日除く)

豆知識

アルコール関連肝疾患の発症・進展には栄養状態が深く関与します。従来は低栄養傾向のアルコール関連肝疾患が主体でしたが、近年メタボリックシンドロームの増加に伴い、肥満・過栄養に伴うアルコール関連肝疾患が世界的に問題になっています。

発行責任者

東海大学医学部附属病院
肝疾患医療センター長
加川 建弘

肝疾患は国民的な病気

肝疾患は日本の国民的な病気です。これはB型肝炎やC型肝炎などのウイルス性肝炎の頻度が高く、肝硬変や肝がんの大きな原因になってきたからです。

現在はB型肝炎やC型肝炎はウイルス検査をすることで確実に診断することができます。また、抗ウイルス治療が進歩し対処法が明確になってきています。

一方、新たな肝疾患として、生活習慣に伴う肝臓病が増えています。一つはアルコール性肝疾患です。アルコールの飲みすぎは肝臓に悪いことはよく知られていますが、なかなか減らせない、やめることができないということが問題です。

また、近年増加している生活習慣に伴う肝疾患が、非アルコール性脂肪肝炎（NASH）です。アルコールは飲まないのに、栄養の取りすぎやあるいは糖尿病などにより脂肪肝となり、ゆっくりと肝硬変や肝がんへ進展する疾患です。飽食の時代である現代社会では脂肪肝は最も頻度の高い肝疾患となっており、肝疾患への理解深め予防していくことが必要です。

肝疾患の日常ケアについて

肝臓病の日常生活について、以前は「慢性の肝臓病の人は栄養のあるもの（高たんぱく・高エネルギー）を食べる。安静が必要なため、食後1～2時間は横になり運動を控える」といったことが言われていました。

現在ではC型慢性肝炎では、肥満の人が肝硬変や肝臓がんにも早く進行することが明らかになっています。