

腹部超音波 脂肪肝

脂肪肝とは？

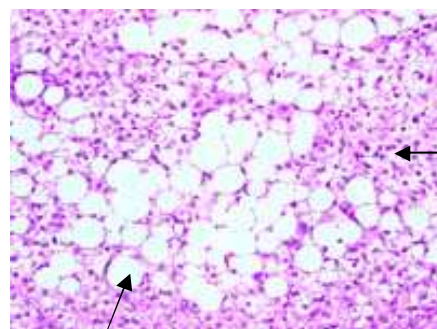
肝臓は食物から摂取する脂肪や、全身の脂肪組織から運ばれてくる脂肪、肝臓自身が合成する脂肪で、いつも脂肪まみれで働いているといえます。

肝臓が正常に機能していれば問題ないのですが、食事から摂取する脂肪が増えたり、肝臓自身の過労や病変で機能が低下すると、全身から運ばれてくる脂肪酸を処理する力が落ち、あっという間に脂肪がつきはじめるのです。

皮下や内臓に中性脂肪がたまると肥満になりますが、肝臓にたまると脂肪肝になります。肝臓が**フォアグラのような状態**といえ、分かりやすいかもしれません。健康な肝臓でも、3～5%の脂肪を含んでいますが、5%を超えた状態を**脂肪肝**といいます。

顕微鏡では、こう見えます！

脂肪肝になっている組織を顕微鏡で見ると**肝細胞内に球状の脂肪（脂肪滴）**が異常に増えているのがわかります。



肝細胞

脂肪滴



腹部超音波では、こう見えます！！

正常肝



腎臓

肝臓

正常肝は、肝臓と腎臓が同じ色です。

脂肪肝



脂肪肝は腎臓の色と比べ

肝臓のほうが白く見えます！！

脂肪肝の原因

脂肪肝の3大原因は、**肥満・お酒の飲みすぎ・糖尿病**です。

- * 肥満・過食 栄養の摂り過ぎで余分な脂肪が肝臓にたまって発症します。
- * アルコール アルコールの摂り過ぎは摂取カロリーの増加だけでなく、アルコール自体が脂肪酸となって肝臓にたまり中性脂肪に変化します。
- * その他 糖尿病・内分泌異常・代謝異常・薬剤など。

脂肪肝は、重症になるタイプもあります。

脂肪肝で多いのが、肥満を伴うもの・糖尿病に合併するもの・多量の飲酒に付随するものです。アルコールの飲み過ぎが原因で肝臓に中性脂肪がたまったアルコール性脂肪肝の人は、肝臓の繊維化が進むため、重症になると**肝硬変**に進行しやすくなります。また、脂肪肝のある人は**動脈硬化**や**高血圧**にもなりやすく、肝硬変や肝炎以外にも**心臓病**や**脳梗塞**のリスクも高い場合が多いので注意が必要です。

脂肪肝の予防

- 標準体重を保ち、肥満を予防する。
- 脂肪を摂りすぎない。
- 糖質を摂りすぎない。
- タンパク質を摂る。
- 禁酒、またはお酒の量を減らす。
- ビタミン・ミネラルを十分に摂る。
- 適切な運動を続ける。

早期発見が鍵です！！

血液検査では、GOT (AST)、GPT (ALT)、ALP、GTP、コリンエステラーゼ、総コレステロール、中性脂肪などが脂肪肝の指標となります。

近年、食事内容が欧米化し、高脂肪食を多く摂るようになったことにより、栄養過剰による脂肪肝が大変多くなっています。脂肪肝は比較的若い方にも多い病気です。

超音波検査を行うと、簡単に脂肪肝の判定ができます！！