

腹部超音波 脂肪肝

脂肪肝とは？

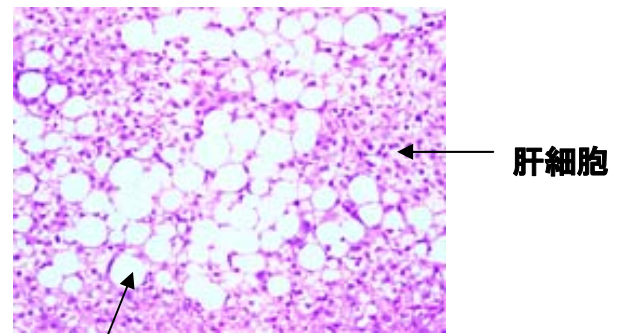
肝臓は食物から摂取する脂肪や、全身の脂肪組織から運ばれてくる脂肪、肝臓自身が合成する脂肪で、いつも脂肪まみれで働いているといえます。

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。



脂肪滴

肝細胞



腹部超音波では、こう見えます！！

《正常肝》

《脂肪肝》



腎臓

肝臓

正常肝は、肝臓と腎臓が同じ色です。



脂肪肝は腎臓の色と比べ、

肝臓のほうが白くみえます！！

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**。

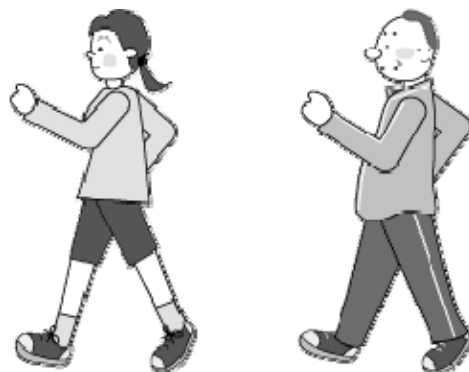
脂肪肝で多いのが、肥満を伴うもの・糖尿病に合併するもの・多量の飲酒に付随するものです。

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

- ① 標準体重を保ち、肥満を予防する。
- ② 脂肪を摂りすぎない。
- ③ 糖質を摂りすぎない。
- ④ タンパク質を摂る。
- ⑤ 禁酒、またはお酒の量を減らす。
- ⑥ ビタミン・ミネラルを十分に摂る。
- ⑦ 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、 γ -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！！

