

第26回 あなたの肝臓は軟らかい？ ～肝硬度測定のスゝめ～

日野病院 病院長 孝田 雅彦



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

あなたの肝臓、いつの間にか硬くなっているかも

あなたの肝臓はどんな状態ですか。焼き肉のレバーのようにきめの細かい軟らかい肝臓が正常です。どんな肝臓病でも悪くなると肝臓は硬くなります。肝臓に傷がつくとそこに皮膚のケロイドのように線維ができて硬くなっています。

皆さんもご存じのように肝臓を悪くする原因は肝炎ウイルス、アルコール、脂肪肝です。「自分には肝炎ウイルスはいないから」「休肝日をつくっているから」「ただの脂肪肝だから大丈夫」とい

うのは早計です。肝炎ウイルスのチェックはもちろん必要ですが、休肝日にはアルコール性肝障害を防ぐ効果はありませんし、脂肪肝は今後肝硬変になる最も多い原因です。

日野病院でも肝硬度測定が可能に。こんな方たちに受けてもらいたい

肝臓の硬さはこれまで測定することは困難でしたが、最近、超音波で簡単に負担なく測定できるようになりました。日野病院でも3月から測定が可能となります。4月からは人間ドックにも導入します。

下記のような方に肝硬度測定検査をおすすめします。B型、C型肝炎の患者さん、ほぼ毎日お酒を飲む方、糖尿病の患者さん、肥満の方（特に内臓肥満、おなかの出ている人）、脂肪肝といわれた方です。

ウイルス肝炎の患者さんは、年に一回は肝硬度測定を受けてもらいたいと思います。治療の効果も分かりますし、がんがどれくらい確率で発生するかも予測できます。

例えば、C型肝炎では肝硬度が15 kPa以上で肝硬変と診断されます。15 kPaの患者さんの肝臓がん発生率は5%（20人に一人）にもなりません。25 kPa以上の患者さんでは3倍の14%にもなります。このように発がん率の高い患者さんのがんの早期発見のための検査を厳重に受けなければならぬことが分かります。

重大疾患につながることも。肝硬度測定的重要性

お酒を飲む方は、飲む量に関係なく、まず1度は肝硬度を測定してください。お酒による肝障害は個人差が非常に大きく、アルコールの代謝は遺伝の影響を強く受けます。また、お酒の飲み方、つまみの内容も肝障害に影響します。

次に、糖尿病の患者さんは肝障害、脂肪肝を伴っていることが非常に多いことが分かっています。肝臓がんの頻度は一般人では1万人に一人ですが、糖尿病の患者さんでは千人に一人と10倍になります。さらに、糖尿病で肝硬度の高

い方は、100人に一人と100倍になり、肝硬度を測定することは大変重要です。

肥満、脂肪肝の方はあまり病気になる認識がないため、肝硬度を測定し、自分の肝臓を再評価して下さい。少しでも肝臓が硬ければ、早急に治療する必要があります。

一度、自分の肝臓の状態をチェックしてみませんか

肝臓は沈黙の臓器と呼ばれ、病気が進行するまで症状は出ません。正常な人が持っている肝臓の機能の40%ぐらいにまで低下して初めて症状が出ます。しかしそうなるまでではもう治療法はありません。

肝硬度を測定して、進行する前に肝臓病を発見し、適切に治療すれば決して肝臓病で命を落とすことはありません。ぜひ一度肝硬度を測定して、自分の肝臓の状態をチェックしてみして下さい。日野病院の主治医に相談するか、人間ドックを受けることをおすすめします。