ちょっと待って！ そのもう一杯

TOPICS



皆様は健診結果でAST、ALT、γGTP上昇や脂肪肝を指摘されたことはありませんか。

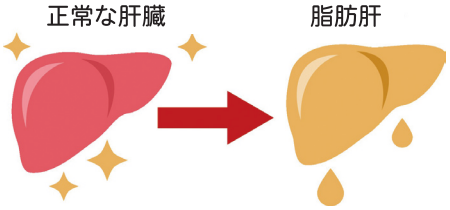
最近ちょっと太り気味だなとかお酒を飲みすぎたせいかなと、減量や節酒をされている方も多いかと思います。これらの対応は脂肪肝の治療として基本的なものとされています。

近年脂肪肝が肝臓だけの問題ではなく全身疾患と考えられるようになり、特に糖尿病、脂質異常症、肥満、高血圧の４疾患との関連が指摘されています。これらのいずれかに該当し、飲酒量が基準未満の場合にMASLD(代謝機能障害関連脂肪性肝疾患)と診断されることが、今年4月に改訂された「MASLD診療ガイドライン」で提唱されました。

このガイドラインでは飲酒量について新たな評価基準が設けられ、アルコール換算で女性の場合20g/日、男性の場合30g/日を越えると、MASLDより一段階上のMetALD(代謝機能障害アルコール関連肝疾患)となり、肝関連イベントリスク(肝硬変、肝癌など)や心血管イベントリスク(狭心症、心筋梗塞など)が高くなることが報告されています。これは目安として居酒屋などの場合では、ビール中ジョッキ一杯、ハイボール・レモンサワー一杯、そして清酒一合、グラスワイン二杯が純アルコール量20～30gに相当します。要するに二杯目が危険な訳です。さらに三杯～四杯(アルコール換算、女性50g/日以上、男性60g/日以上)となるとALD(アルコール関連肝疾患)となり、いわゆる脂肪肝の範疇を越えてしまうことになります。

MASLDは肝臓病のほかにも心臓病、脳血管障害、消化器癌、婦人科癌との関連が指摘されており注意が必要です。一般健診のほかに市町村などのがん検診をうけられることをお勧めします。またMASLDの治療の基本は食事運動療法ですが、肥満、糖尿病を伴う場合にはGLP-1受容体作動薬、SGLT2阻害薬などが一部適応となっております。

当院でも肝臓病について血液検査、腹部超音波検査などを随時受け付けておりますのでご相談ください。私は消化器科、総合診療科外来の中で肝臓内科を担当しておりますので、是非ご利用ください。どうぞよろしくお願いします。



総合診療科　肝臓内科　本多　新



とうめい厚木クリニック
〒243-0034厚木市船子237
TEL.046-229-3377　FAX.046-229-1935
https://www.tomei.or.jp/clinic/

人に暮らしに寄り添う 45th ANNIVERSARY

■AI予約専用番号
050−5526−6409