

えのきだクリニックからのお便り vol.2 (2023/6)



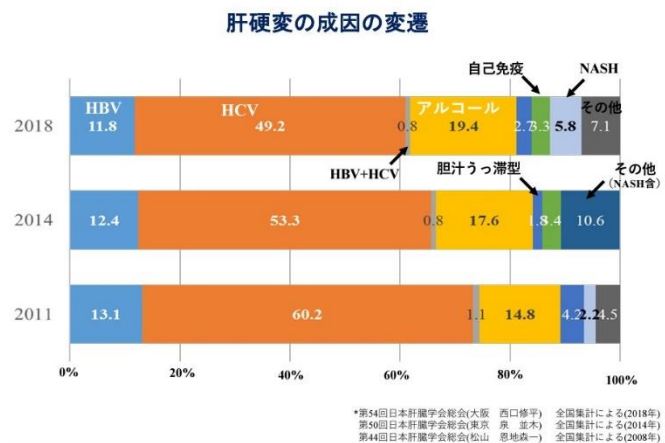
こんにちは。えのきだクリニック院長の榎田です。皆様に少しでも役立つ情報をお伝え出来ればと思い、クリニックからのお便りを始めました。今回のテーマは…

「肝機能 ALT30 超なら受診を」。



これは日本肝臓学会が2023年6月15日に発表した奈良宣言2023の内容です。ALTは、肝機能を評価する血液検査の項目で一般的な健康診断でも測定されています。肝臓は障害があっても自覚症状が出にくく、肝硬変や肝がんになってから医療機関を受診されるケースが後を絶ちません。そのため、この宣言は肝硬変や肝臓癌につながる慢性肝臓病（CLD）の早期発見・早期治療を目指すことが目的です。

右図の通り、以前はB型肝炎、C型肝炎が肝硬変の原因の代表例でした。現在も類似の状況ですが、B型肝炎とC型肝炎は治療法が概ね確立したため肝硬変に至る頻度が減ってきています。一方で食べ過ぎや多量飲酒による脂肪肝を基礎とする肝臓病が増えています。特にアルコールに関しては、肝機能障害だけでなく、がん、高血圧、脂質異常症など様々な病気のリスクを高めることが分かっています。そのため厚生労働省からの「健康日本21」では1日あたりのアルコール摂取量20gの「節度あるある適度な飲酒」を推奨し、それを超えると「生活習慣病のリスクを高める量の飲酒」と注意喚起しています。適量とされるアルコール摂取量20gとは、ビール中瓶（500ml）1本、アルコール度数7%のチューハイ350ml1本、日本酒1合（180ml）、25%焼酎ロック1杯（100ml）が目安です。



当院では肝機能障害の原因検索を行います。また血液検査で肝臓の傷み具合（線維化）の評価、腹部超音波検査で脂肪肝の有無や程度の評価を行うことが可能です。興味がある方はお声掛けください。