



肝臓について

肝臓は沈黙の臓器といわれています。それは、肝臓は再生能力・代償能力に優れ、ダメージを受けても残った正常細胞が余分に働き、機能を維持するからです。

肝臓は痛みなどの症状を出すことがあまりないので、肝臓に異常があっても気付かず、異常に気付いたときには病気がかなり進んでいることがあります。

これからの忘年会や新年会でお酒を飲む機会が増える季節ですから、肝臓に負担がかかってきます。肝臓の働きや病気について知りましょう。



肝臓の主な働き

- ・ **消化**：肝臓から分泌される胆汁は脂肪の消化吸収を助けるのに必要な液体で、コレステロールを分解し、老廃物を排泄させる働きがあります。この働きがなければ、肝臓に老廃物がたまり、非常に危険な脳梗塞などの病気の元になってしまいます。
- ・ **解毒**：体内の食品添加物や菌、アルコールなどを解毒してくれる働きです。薬がしっかりと働いてくれるのも、肝臓で解毒されているからです。この中でも最も有名なのがアルコールの分解です。二日酔いはこの分解がうまくいかずに起こる現象です。アルコールは有毒性のアセトアルデヒドに変換され、さらに水と二酸化炭素に分解されることで、アルコールがなくなります。
- ・ **代謝**：食べ物は胃と腸で分解吸収され、肝臓でブドウ糖をグリコーゲンに、タンパク質をアミノ酸に、脂質をコレステロールや中性脂肪に変え、そのままエネルギーを蓄えます。そして、必要な時に栄養素として全身に供給します。



肝臓に優しいお酒の楽しみ方

- ・ 空腹で飲まないで、何かを食べながら飲む習慣をつける
- ・ アルコールと同量以上に水を飲む
- ・ 自分の適量にとどめる
- ・ 心身の調子のよくないときには飲まない
- ・ 強いアルコールは水割りなど薄めて飲む
- ・ 他人にお酒の無理強いをしない
- ・ 遅くても 12 時には切り上げる





肝臓の病気

軽

脂肪性肝炎 慢性肝炎 肝硬変 肝

重

脂肪肝	食べ過ぎや飲み過ぎによって脂肪や糖分がたまった肥満状態。放っておくと肝硬変になる危険性がある。
肝炎	急性肝炎、慢性肝炎、劇症肝炎などがある。急性肝炎と慢性肝炎は早めに治療をすればすぐに回復する。劇症肝炎は急激に悪化し、合併症を起こす危険性がある。全身の倦怠感や黄疸、発熱、吐き気などの症状がでる。ウイルス性肝炎、アルコール性肝炎、非アルコール性脂肪肝炎、薬剤性肝炎などがある。
肝硬変	慢性肝炎の状態が長く続くと、肝硬変に発展しやすくなる。肝臓が小さく硬くなり機能が低下し、腹水や食道静脈瘤、黄疸を発症する。
肝臓がん	腹部の張り、腹水、吐血、貧血、下痢、倦怠感、黄疸といった症状がでる。 肝臓にがんができる「原発性肝臓がん」と、他の臓器から転移した「転移性肝臓がん」がある。 原発性肝臓がん患者の90%は肝臓の肝細胞からがんができる「肝細胞がん」。5%は肝臓の中にある胆管からがんができる「胆管細胞がん」。残りの5%はこの両方が同時に起こったり、肝芽腫というタイプなど。 転移性肝臓がんは、主に大腸や肺、胃などからの転移が多い。



肝臓の異常を発見するためにまず行われるのは血液検査です。AST (GOT)、ALT (GPT) では「肝細胞の破壊」の程度がわかります。総ビリルビンは「胆汁の合成や流れる胆汁の状態」、 γ -GTP は「解毒の働き」、ChE (コリンエステラーゼ) は「合成・代謝・貯蔵の働き」の指標となります。なかでも AST と ALT は総合的な肝臓の働きの状態をみるため、最も一般的に調べられている項目です。早期発見のためには、一度検査を受けて異常がなくても、その後も定期的に検査を受け、肝臓の働きがきちんと保たれているかを継続して調べることが必要です。



肝臓の病気や薬についてなど詳しいことは、医師または薬剤師にご相談ください。

(Meron-あなたの町のくすり屋さん / 厚生労働省 e-ヘルスネット / 病気や肝臓サプリメント 参照)



オーロラ薬局

TEL 019-635-1233

FAX 019-635-4555

オーロラ薬局 沼宮内店

TEL 0195-61-3883

FAX 0195-62-6868