

アルコール性肝疾患とは、長期にわたる大量の飲酒によって肝機能異常が起きる病気です。最初は無症状ですが、徐々に肝細胞が壊れて線維化をきたし、アルコール性脂肪肝 → アルコール性肝炎 → アルコール性肝硬変の順に進行します。肝硬変になると肝細胞癌を発症したり、肝不全になり生命を保てなくなるため、早期治療が重要です。

大事なこと

- ✓ 治療は禁酒が絶対必要。
- ✓ すぐに断酒できない場合はまず飲酒量を減らす(ハームリダクション)。
※ 飲酒量低減薬(ナルメファン)と心理社会的治療とを併用することで飲酒低減効果あり。
- ✓ 肝臓の線維化の進行を食い止める。肝硬変にしない。
- ✓ 肝硬変に進行している場合は、進行を防ぐ治療と同時に、併存する症状の改善を目指す治療を行う。

- ・アルコール性肝疾患の死亡数は増加している：2403人/年(1996年) → 5480人/年(2019年)。
- ・肝細胞癌の発生率は他の疾患と比べると高くはない。

・アルコール性肝疾患の原因

- ① 長期にわたる大量の飲酒

・肝機能異常を認めた場合に必要な検査

- ① 原因の検索(ウイルス性、**アルコール性**、非アルコール性脂肪肝、自己免疫、薬剤等)
- ② 肝機能評価：採血検査、採血結果を用いた肝線維化スコアリング
- ③ 肝線維化の評価、肝細胞癌の有無：腹部超音波(肝臓の硬さ：エラストグラフィ)、腹部CT、肝生検
肝硬変を伴う場合
- ④ 上部・下部消化管内視鏡検査(出血をきたす静脈瘤の有無、状況の評価)
- ④ その他、肝硬変に伴う合併症の評価

・アルコール性肝疾患の治療

- ① 禁酒+栄養価の高い食事とビタミンサプリメント(特にビタミンB群)摂取。
- ② 減酒(ハームリダクション)：飲酒量低減薬(ナルメファン)と心理社会的治療との併用。
- ③ 肝硬変に至っている場合は併存する疾患、症状の治療。
- ④ 発癌対策：早期発見(スクリーニング)、早期治療。

※ 気を付けておいてほしいこと

- ① お酒を長く楽しむためには、1回量を減らして、週半分はお酒を飲まない日を作ることが大事です。
- ② 自分では気づかずアルコール性肝疾患にかかっている方がいます。また、アルコール依存症の場合は、専門病院での加療や、社会的なサポートが必要になります。健康診断等で肝機能異常を指摘されたら一度ご相談ください。