

まちのくすりやさん 第43号

今回のおはなし

「生活習慣病で肝臓疾患」

ザ・タバコ

Q&A



生活習慣病で肝臓疾患

NAFLD：非アルコール性脂肪性肝疾患

お酒を飲まない人でも注意！！

肝臓疾患といえば、お酒の飲みすぎかウイルスが原因というイメージが強いですが、最近では飲まない人でも、肥満や糖尿病などが原因で脂肪肝になったり、重症化して肝硬変や肝がんにつながるケースが増えています。ウイルス性、アルコール性の肝炎以外の原因でかかる肝疾患の総称を**非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD=ナッフルディー)**、そのうち、炎症や線維化を起こすまで進行したものが「**非アルコール性脂肪肝炎 (NASH)**」と呼ばれています。その大半は、肥満、高血圧、糖尿病などの生活習慣病を持っている人です。

NAFLDの多くは、単純性脂肪肝と呼ばれるもので、そのまま肝炎や肝がんに移行することはありませんが、心筋梗塞や脳卒中などのリスクが高まるため、脂肪を蓄えない生活を心がける必要があります。しかし、脂肪の過酸化や鉄分の蓄積などの要因が加わると、炎症や組織の線維化が起こるNASHになっていくと考えられます。生活習慣病以外でも薬の副作用、睡眠時無呼吸症候群がNAFLDの原因になることもあります。NAFLDもNASHもなりやすい体質が遺伝する可能性もあり、遺伝子を特定する研究も進んでいます。男女差はあまりありませんが、女性は閉経を過ぎるとNASHの割合が高くなり、また、最近では、子どものNASHの増加も問題視されています。

治療は、原因によって異なります。糖尿病や肥満、高血圧など原因となった疾患を特定し、それを治療することが基本になります。肝硬変を防止する必要がある場合には、線維化抑制剤を投与します。患者の病態により治療法が異なりますが、治療効果を上げるには、いずれも早期発見が重要です。肥満や高血圧、糖尿病などの人で、特に思い当たる原因がないのに肝機能検査値が悪くなっていたら、NAFLDやNASHの可能性が高いので、たかが脂肪肝と侮らず、専門医にかかって下さい。

日本肝臓学会のホームページに全国の専門医が掲載されています。

NAFLDの予防策は、多くの生活習慣病の予防と同じく、栄養バランスの良い食事、適度な運動が基本。夜遅くに食事をしてすぐ寝るのが最も脂肪を蓄えやすいため、注意が必要です。

※「非アルコール性」とは、飲酒習慣がない、1日1合(ビール瓶1本)以下しか飲まない人を指します。

ガ・タバコ

厚生労働省研究班推計

(2010.8月発表)

受動喫煙で6800人死亡

半数以下が職場で被害

受動喫煙が原因で肺がんや心臓病で死亡する成人は、国内で毎年約6800人に上るとの推計値を厚生労働省研究班が発表しました。

女性が約4600人と被害が大きく、全体のうち半数以上の約3600人は職場での受動喫煙とみられます。

《年間の受動喫煙による被害》

	男性（うち職場）	女性（うち職場）
肺がんで死亡	600（400）	1500（300）
虚血性心疾患で死亡	1600（1400）	3100（1500）
合計	2200（1800）	4600（1800）

※受動喫煙とは：健康増進法では、「室内かそれに準ずる環境で、他人のたばこの煙を吸わされること」と定義。喫煙者がフィルターを通して吸った「主流煙」よりも、たばこの先端から立ち上がる「副流煙」に、より多くの有害物質が含まれるとされています。



インフルエンザ治療薬

薬名	タミフル	リレンザ	ラピアクタ	イナビル
投与方法	経口投与	吸入	点滴	吸入
投与回数	1日2回 5日間投与	1日2回 5日間投与	1回で1週間 効果	1回で1週間 効果
特徴、 注意点	最も多く使われる。小児では異常行動の指摘あり	幼児は吸入しにくので、小学生以上で使用	重症患者に向いている。15歳以上が対象	幼児は吸入しにくので、小学生以上で使用

インフルエンザは予防から！

(社) 浦安市薬剤師会 〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月~金: 10~15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス toiawase@urayaku.jp

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>

