

## 脂肪肝とNASHについて

肝臓内に中性脂肪のたまった状態を脂肪肝と言いますが、アルコールをほとんど飲まない人に起こる脂肪肝を非アルコール性脂肪肝疾患 (NAFLD) と読んでいます。

NAFLDは進行せずに良性の経過をたどる単純性脂肪肝と、肝硬変、肝臓へと進行する可能性のある非アルコール性脂肪肝炎 (NASH) に分類されます。食の欧米化などから脂肪肝患者は増加し、NASH肝硬変、NASH肝臓も増加しており問題視されております。

## NASHの問題点

NASHはメタボリックシンドロームを基盤とする疾患で、肥満、2型糖尿病、高血圧、脂質異常症などの合併疾患が多いほど発症リスクが高くなります。

日本糖尿病学会の報告では、糖尿病患者の8.6%が肝臓で、4.7%が肝硬変で死亡していることが判明しました。NASHの成因を考えると、これらの中にはNASHが原因となっている

る例が存在すると推察されています。

## NASHの診断と線維化の測定

NASHの診断には肝臓の組織検査を施行して、線維化の評価をすることが重要ですが、NAFLDの患者さん全員に肝生検を行うことは現実的ではありません。より簡単に肝線維化の進行度合いを評価するためには、血液検査から計算できる FIB4-index が有用であり、当院での血液検査データでも記されるようになりました。

FIB4-indexが1.3以上の方は、線維化が進行している可能性があるため、注意が必要であり、肝硬変の有無を精密検査する必要があります。

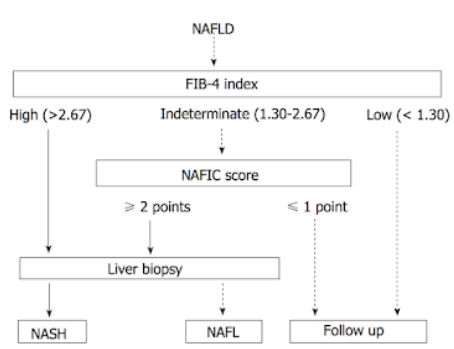


Figure 1 Proposed diagnostic algorithms combining non-invasive methods and liver biopsy. NAFLD: Nonalcoholic fatty liver disease; NASH: Nonalcoholic steatohepatitis; NAFL: Nonalcoholic fatty liver.

FIB4 index と NASH の診断

## NASHの治療

NAFLD/NASHの治療は、食事療法や運動療法による減量で内臓脂肪を是正することである。一般に体重の5-7%の減量(つまり80kgの人は4.5kgの減量)が望ましいとされる。

メタボリックシンドロームの合併症のない方は、ビタミンEによる肝臓内の脂質過酸化の抑制を、糖尿病合併患者は、ピオグリタゾンによるインスリン抵抗性の改善や、エビデンスはありませんが、SGLT2阻害薬には体重減少効果もあり肥満に伴う糖尿病合併 NASH に使用することもあります。高コレステロール血症には小腸でのコレステロール吸収を阻害するエゼチミブ、中性脂肪血症にはフィブラート系の薬剤がNASHの治療に用いられています。

## おわりに

進行性のNASHは肝硬変、肝臓に至る恐い疾患である。早期に治療介入することで進行を抑制することも重要であるが、生活習慣病の一症状でもあり、長期的な目線での生活習慣の改善も必要とされます。血液検査データにFIB4-indexが記されるようになりましたので、注目してみてください。

文責 佐藤 亘