

肝機能について

肝臓は重要な働きを
いくつも担う“化学工場”

肝臓は、重要な働きをいくつも担っているため、体の中の“化学工場”とも呼ばれています。
肝臓の主な働きには次のようなものがあります。

●解毒

アルコールやアンモニアなどの体に有害な物質や老廃物を、無害な物質や水に溶けやすい形にして尿中に排出させます。

●栄養素の加工や貯蔵

体のエネルギー源となるブドウ糖を、グリコーゲンに加工して貯蔵します。体内でエネルギーが必要になると、それを再びブドウ糖に変換し、血液中に戻します。
体をつくるための材料であるたんぱく質の代謝が行われています。肉・魚・卵・大豆などのたんぱく質を含む食品を食べると、アミノ酸から必要なたんぱく質に合成し、血液を通過して全身へ送られます。

●消化を助ける

脂肪の消化や吸収を助ける胆汁をつくります。



●体温の調節

必要に応じて、肝臓内に大量の血液を循環させ、血液量を調節することによって体温を維持します。

■肝臓の異変は現れにくい

肝臓の病気を発症すると、肝臓に炎症が起こり、前述のような肝臓のさまざまな働きが低下します。しかし、肝臓には痛みを感じる神経がないため、多くの場合、病気がかなり進行しないと症状が現れません。肝臓の病気を早期に発見するためには、定期的に健康診断を受けて、肝機能検査で自分の肝臓の状態を把握することが大切です。

健康診断の「肝機能検査」で早期発見を

健康診断で受けられる肝機能検査には、AST、ALT、 γ -GTPの3項目があり、血液検査で調べます。いずれも肝臓の細胞の中にある酵素で、肝臓の細胞が壊れると、これらの酵素が血液中に流れ出るため、数値が高くなります。検査の結果、1つでも基準範囲より高い値があると、「肝機能異常」と診断されます。

肝機能異常があると診断されるのは、成人男性全体で、3人に1人程度の割合だと推定されています。

健康診断で肝機能異常があると診断されても、二次検査を受けない人が多いです。その背景として、異変を感じるような自覚症状がないことや、“お酒を飲み過ぎただけなので心配ない”という誤った思い込みなどがあるようです。

■「肝機能異常」と診断されたら、必ず二次検査を受ける

健康診断などで肝機能異常があると診断されて、次に挙げる項目に1つでも当てはまる場合は、二次検査を必ず受けることをお勧めします。

●家族に肝臓病のある人がいる

C型やB型などの「ウイルス性肝炎」のある人がいる場合、家族は感染する可能性があります

●尿の色が濃くなった

古くなった赤血球を肝臓が分解する過程でつくられる、ビリルビンという物質の影響によるものです。ビリルビンの多くは、肝臓から胆管をとおり、十二指腸に運ばれ、便に含まれて排泄されますが、肝機能が低下すると、ビリルビンは胆管を素早く通過できなくなり、周りの血管に漏れ出します。それが尿として排泄されるため、尿の色が濃くなるのです。

●油っこいものを食べなくなった

肝臓は、食べ物から吸収された脂肪を処理する働きをしています。肝機能が低下すると脂肪を処理しきれなくなるため、油っこいものを食べたくなくなってきます。

●年々、体重が増えている

肝臓に脂肪がたまる「脂肪肝」が起こっている可能性があります。特に内蔵脂肪型肥満のある人は注意が必要です。

●お酒を毎日のように飲んでいる

肝臓にはアルコールを処理する働きがありますが、その量が多くなるほど肝臓に負担がかかるため、肝臓の機能が低下している可能性があります。

■健康診断の結果を見過さないで

先に挙げた項目について、特にあてはまるものがない場合でも、健康診断などで、AST、ALT、 γ -GTPの3つの値がいずれも2年続けて高かった人は、肝臓の病気がある可能性が高いと考えられます。その場合も必ず二次検査を受けて、肝臓の状態を詳しく調べることが大切です。

肝機能検査の流れ

健康診断で「肝機能異常」を指摘されたら二次検査を受ける。
二次検査で肝臓の病気の可能性が見つかった場合は、より精密な検査を受ける。

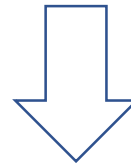
- ①健康診断
・血液検査

AST

ALT

γ -GTP

1つでも基準範囲より高い場合



- ②二次検査
・血液検査

肝炎
ウイルス検査
(感染の有無)

肝線維化
マーカー検査
(肝臓の硬さ)

腫瘍
マーカー検査
(がんの可能性)

- ・画像検査

超音波
検査

健康な肝臓は、その下にある腎臓とほぼ同じ明るさに写る。
脂肪肝がある場合は、肝臓は白っぽく写り、腎臓とのはっきりした白黒の差ができる。

あてはまる場合は必ず二次検査を

次に挙げる5つの項目のうち1つでも当てはまる場合は、肝臓の病気のある可能性が高いため、必ず二次検査を受けて詳しく調べる必要がある。

☐ 家族に肝臓病のある人がいる

同居する家族にC型やB型などのウイルス性肝炎のある人がいる場合、感染の可能性がある。



☐ 尿の色が濃くなった

ビリルビンという物質が尿に混じるために、濃いオレンジ色や紅茶の様な色の尿が出る。起床後すぐの尿の色で確認するとよい。



☐ 油っこいものを食べなくなった

油っこいものが好きではなくなったり、何となく受け付けない、あるいは食べられなくなったと感じるようになる。



☐ 年々、体重が増えている

体重が毎年数kg増えていたりズボンなどを買うたびにウエストサイズが少しずつ大きくなっているなどの変化が見られる。

☐ お酒を毎日のように飲んでいる



自分では少量だと思っていても、実際は飲み過ぎていることが多い。お酒を飲む機会が少なくても、その際には多く飲む人も注意する。

肝臓の病気を診断するための 二次検査

●肝炎ウイルス検査

二次検査では、次のような検査が行われます。

C型肝炎ウイルスやB型肝炎ウイルスに感染していないかどうかを採血して調べます。

●肝線維化マーカー検査

肝臓の硬さを調べます。肝炎ウイルスの感染や脂肪肝などで慢性の炎症が続くと、肝臓の細胞と毛細血管の壁の間に繊維ができて肝臓が硬くなっていきます。線維化の進行に伴って、血液中にこの繊維の成分が増えるので、肝臓がどの程度硬くなっているかが分かります。

●腫瘍マーカー検査

肝臓がんの可能性を、採血して調べます。

●超音波検査

体の外側から超音波を当て、肝臓の断面の画像から肝臓の状態を調べる検査です。脂肪肝がないかどうかを調べます。

■より精密な検査を行う
ことも

二次検査で肝臓が硬くなっていたり、脂肪肝があることが分った場合は、「肝硬変」を発症しているかどうかを調べる必要があります。そのために行われるのが、超音波エラストグラフィやMRエラストグラフィなどの画像検査です。これらの検査で肝臓の状態を詳しく確認して、診断と治療が行われます。