

## 自分では気付かぬうちに、肝臓病

『-----え、わたし癌なんですか』

小説やドラマの書き出しのようでもあります。自分の担当する肝臓の専門外来で年に数回は本当に聞く言葉です。

ご存知の方も多いかもかもしれませんが、肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれています。その理由は、肝臓が病気になっても自覚症状が出にくく、検査して初めて重大な病気が見つかることが多いからです。「肝硬変」や「肝細胞癌」と聞くとかなり重症な病気に聞こえます。実際、どちらも寿命に大きく関与する病気ですが、初期にはほとんど症状がありません。食欲もあれば体も動く、痛みも熱もない方がほとんどです。症状が出るのは末期になってから、もう治療が難しいほど進行してからとなります。

ただし、肝硬変も肝細胞癌もいきなりになってしまう病気ではありません。まず正常な肝臓が炎症を起こし(慢性肝炎)、それが 10-20 年と長い時間続くことで徐々に肝臓が硬くなっていきます(代償性肝硬変)。肝硬変も初期のうちは症状が出ず、徐々に肝臓が弱ってきたところで足のむくみ、腹水、黄疸などの症状が出てきます。さらに肝細胞癌は正常な肝臓ではほとんど発生しませんが、肝硬変の方では 10 年間のうちに 30-50%が肝細胞癌を発症します。肝細胞癌のリスクとなる肝硬変、そのさらに前の慢性肝炎を早期に発見・治療するのに重要なのが健康診断になります。

健康診断で肝臓の数値異常(AST/ALT の上昇)を指摘されている方は少ないと思います。原因は B 型肝炎や C 型肝炎などのウイルス、アルコール性、脂肪肝など様々ですが、ついつい「まあ、体は元気だからいいかな・・・」と放置してしまう人も多い印象です。前述の通り、肝臓の異常は自覚症状としては感じにくく「体調が良い=肝臓は大丈夫」ということにはなりません。肝臓の数値にチェックが入っている方は一度かかりつけ医やお近くの医療機関に相談をしてみてください。生活指導や治療介入により肝臓の数値が正常化すれば将来の自分の癌を予防できるかもしれません。

『こんなことになるならば・・・』そう思う前に、自分で肝臓を守りましょう。

【内科診療部長 福地 達】

