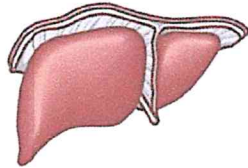
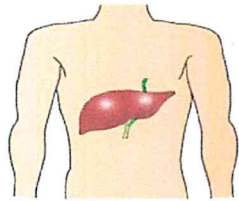


肝硬変



NO. 22

「体の中の科学工場」と呼ばれる肝臓は、蛋白質や脂質の合成・貯蔵・体の老廃物を分解・解毒するなどの役割を持った重要な臓器です。

肝臓病の多くはかなりの病気が進行しないと自覚症状が出ないことから、「沈黙の臓器」といわれ、知らず知らずのうちに進行していき、繊維化し、肝臓の表面がでこぼこしてきます。これが肝硬変です。

◆ <肝臓病の原因>

◎ 肝炎ウイルス(ウイルス性肝炎)

肝硬変の80%以上が「**B型肝炎**」あるいは「**C型肝炎**」ウイルスです。(B型15%・C型70%)

◎ お酒の飲みすぎ(10%) (アルコール性肝炎)

◎ 薬、免疫異常、脂肪肝などです。



◆ <肝硬変の進行>

急性肝炎 ⇒ 慢性肝炎 ⇒ **肝硬変**

肝硬変がさらに進行する ⇒ 肝不全

慢性肝炎や肝硬変では肝がんを合併する可能性が高くなります。



大成会広報室

肝臓の機能が落ちていませんか？
検査を受けて見ましょう。

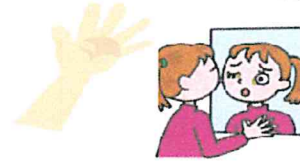


- 1、疲れやすい、体がだるい、足がむくむ、こむら返りがよく起こる、筋肉が落ちた。
- 2、昼眠く、夜眠れない、頭がボーッとする。
- 3、鼻血や歯茎からの出血がある。



肝臓のSOS

- 1、白眼が黄色い。(黄疸)
- 2、腹水が溜まる。(体重やウエストが増えた)
- 3、手のひらが赤くなる。(手掌赤班)
- 4、男性の場合、乳房が大きくなる。(女性化乳房)
- 5、胸の上部にクモが足をのばしたような細い血管が浮き出る。(クモ状血管腫)



◆上記の症状は手遅れになりやすい状態です。一刻も早い診察をお勧めします。

早期発見・早期治療が重要です。

◆ <肝硬変の分類>

◎代償期 : 肝硬変に罹って体の働きを営んでいくのに支障がない状態。

(GOT・GPTの数値の安定と自覚症状がない)

◎非代償期 : 体の働きが失われてしまう状態。(原則的に入院が必要です)

- ・食道静脈瘤(少量の吐血でも**生命の危険**至急病院へ)
- ・肝性脳症(血中アンモニアが高くなり**意識障害**が起こる)
- ・腹水が溜まる。

<肝硬変代償期の食事療法>

- 1、1日**3回**の規則正しい食事をとる。

主食(ごはん、パン)

主菜(肉、魚、卵、大豆製品) 1品

副菜(野菜) 2品

野菜、海藻、果物(1コ)牛乳(コップ1)など摂り過ぎないように多種の食品をとる。

- 2、**禁酒**を実行して下さい。



- 3、**塩分**や**エネルギー**のとり過ぎにご注意下さい。(肥満気味の人、糖尿病の人)

<肝硬変非代償期の食事療法>

- 1、腹水がある場合

腹水の程度によって**塩分制限**をします。

(1日3~7g)

- 2、食道静脈瘤の場合

刺激物や香辛料、固いもの、コーヒーなどは食道の炎症を悪化させるので避けましょう。

- 3、肝性脳症の場合

血液中アンモニアが高くなり意識障害を起こすもとなる**蛋白質制限**の特殊食品やアミノ酸製剤(**経口栄養剤**)などで補います。また時によって軽食も必要になります。

