

肝臓のはたらき



肝臓は最も重い臓器で、健康な成人では約1200~1500gの重量があります。形状は直角三角形の角を丸くしたような形をしており、右上腹部の肋骨の奥に位置します。肝臓に異常が起これば、症状がなかなか現れないことから「沈黙の臓器」ともいわれています。また、肝臓は活発な再生能力を持っており、4分の1に切除されても復元できるといわれています。肝臓の働きは多種多様で、主なものは次の通りです。

- ① 糖代謝
ごはんなどの炭水化物は体内でブドウ糖に代謝されます。ブドウ糖は小腸から吸収されて肝臓に運ばれ、グリコーゲンとして貯えられます。
- ② タンパク合成
血液中の重要な成分であるアルブミンと呼ばれるタンパクを合成します。アルブミンはいろいろな物質と結合してそれらを全身に運びます。また、アルブミンの量は薬の効き目にも影響します。
- ③ 脂質合成
体に必要な量の中性脂肪やコレステロールをつくり出します。
- ④ ビタミンの貯蔵
油に溶けるビタミンを貯蔵します。
- ⑤ 胆汁の生成
胆汁の主成分で、脂肪を分解しやすくする胆汁酸をつくり出します。

⑥ 解毒作用

アルコールや薬物など体にとつての異物を排泄しやすい無毒なものに変換します。この解毒作用は人によって働き具合が異なります。肝臓にある「代謝酵素」の働きが人によって違うためです。この代謝酵素のおかげで、肝臓が解毒作用を発揮したり、栄養分をエネルギーに変えたりできるので、また、代謝酵素の数や働きの強さが薬の効き目やお酒の強さなどにも影響します。

このように肝臓には多くの役割があります。働かせすぎないように労わってあげましょう。

肝臓の病気

肝臓の病気は様々ありますが、食生活の乱れやアルコールの摂り過ぎによる「脂肪肝から」肝硬変や「肝臓がん」など命に関わるものまであります。肝臓の病気は、その原因によって大きく4つに分けられます。

ウイルス性	肝炎を起こすウイルスは現在 A ~ G 型の 7 種類が知られています。ウイルスに感染した食べ物や水などで口から感染するものと、ウイルス感染者の血液や体液から感染するものがあります。
アルコール性	多量の飲酒により、アルコールを分解している肝臓に負担をかけてしまいます。
薬剤性	薬剤に対するアレルギー反応や、中毒反応として肝機能に影響が出てしまいます。
自己免疫性	免疫反応の異常により、自分の体（肝臓）を攻撃してしまいます。

肝臓に対するアルコールの影響



飲酒により体内に入ったアルコールは、主に肝臓で分解され、全身に流れていきま。はじめは毒性の強い「アセトアルデヒド」になり、次に無毒化されて「酢酸」になり、体外へと排出されます。この「アセトアルデヒド」が悪酔いや二日酔いの原因となります。日本人の4割は、アセトアルデヒドを無毒な酢酸にする酵素の働きが弱いため、アセトアルデヒドが体内に残って酔いが続き、お酒に弱い人が

多いとされています。また、アルコールの飲み過ぎによって、もっとも起こりやすい肝臓の病気は中性脂肪やコレステロールが溜まった「脂肪肝」です。飲みすぎれば誰にでも起こります。たとえ体重が増えなくても、内臓脂肪型の肥満の原因となります。そして、アルコールを飲み続けると「アルコール性肝炎」になります。腹痛・発熱・黄疸の症状が重症になり、死に至る場合もあります。さらに飲み続けたら「肝硬変」に進み、腹水・黄疸・吐血など治療が困難になります。そのままだこの状態を放置していると、「肝不全」や「肝臓がん」



肝臓の病気は段階的に進行します。まず、何らかの原因により肝臓に炎症が起これば肝炎となります。炎症が6か月以内に治まると「急性肝炎」、6か月以上続くと「慢性肝炎」と呼ばれます。慢性肝炎のうち、炎症を抑えようと肝臓が再生を繰り返すことで線維化が起これば、正常な肝細胞が少なくなってしまう。そしてだんだんと肝臓が小さく硬くなってしまった状態を「肝硬変」と呼び、さらに細胞が破壊されてしまつと「肝臓がん」となります。

これまでウイルス性肝炎が大部分でしたが、最近ではアルコールを摂っていないでもアルコール性肝炎のような症状が起これる NASH (非アルコール性脂肪肝) という病気が増えてきています。早期発見・早期治療が第一となるため、定期的に肝機能のチェックをしましょう。

肝臓は「沈黙の臓器」であり、よほどのことがない限り音を上げない臓器です。したがって症状が出てからでは遅く、早期発見がなにより大切です。健康診断など定期的に受けるようにしましょう。普段の生活でも、2日間ほど休ませると肝臓の機能が回復するといわれていますので、毎日お酒を飲む方は「休肝日」をもうけ、正常な働きに戻しましょう。



体質改善 漢方相談 ダイエット 処方せん 美容エステ

あさひ薬局 開成本店

どんなことでもお気軽にお電話ください。専門のスタッフが丁寧にお応えします!

☎0120-44-0346

佐賀県佐賀市開成3-5-42
TEL:0952-33-0346
FAX:0952-33-0341
営業時間:AM9:00~PM7:00
定休日:日曜・祝祭日

ホームページは
コチラ



あさひ薬局開成店

検索