

健康アドバイス

非アルコール性脂肪肝炎

長期大量飲酒者が肝機能障害を来たすことはよく知られた事実ですが、最近、非飲酒者（全く飲まないか1日飲酒量日本酒1合以下、缶ビール1本以下の方）の脂肪肝から脂肪肝炎(NASH: non-alcoholic steatohepatitis 頭文字をとってナッシュと呼ばれます)に至り、さらに肝臓の線維化が進んで肝硬変や肝癌を来す人が増えてきました。

現在、本邦では非アルコール性の脂肪肝患者は約1000万人おり、この内100～150万人が脂肪肝炎となり、さらにこの脂肪肝炎患者の10～20%に肝硬変や肝癌を発症すると言われていますので注意が必要です。

脂肪肝とは肝細胞中に中性脂肪が異常に蓄積した状態で過栄養や肥満、糖尿病、アルコールによるものが殆どですがステロイドホルモンや高カロリー輸液でも脂肪肝を来すことがあります。現在のように栄養過多の時代では人間ドックで中年以降の受診者には多かれ少なかれ脂肪肝が認められます。

また脂肪肝に特有の症状はなく無症状のこと

ツカザキ記念病院 内科

も少なくないのでやっかいです。前述のように肥満や糖尿病、高脂血症、高血圧症といったメタボリックシンドロームの方は検血、腹部エコー、CT等で肝臓の状態を調べてみる必要があります。ただ単なる脂肪肝なのか脂肪肝炎まで至っているのかは現在のところ明確なマークーがなく確定診断には肝生検が必要です。ひとつの目安として脂肪肝炎ではGOT/GPTが3倍以上に上昇する傾向があるようです。

いずれにせよ脂肪肝炎にまで至らぬよう脂肪肝を改善するため以下の努力が必要かと思われます。

- 1) 糖尿病、高血圧症、高脂血症の方は治療に専念すること。
- 2) 肥満（特にBMIが35以上）の方は減量に専念すること。
- 3) たばこは止めること。
- 4) 野菜、魚中心の食事。
- 5) 外食特に牛丼関係は極力避けた方が良いでしょう。

アレルギー性結膜炎

I. アレルギー性結膜炎とは？

I型アレルギー反応が関与する結膜の炎症性疾患で、結膜の炎症性変化に加え、眼搔痒感、充血、眼脂や流涙などの自覚症状を伴います。

以前の疫学調査では、有病率は全人口の約15～20%と推定されています。

病型は下記のように分類されます。

- (1)アレルギー性結膜炎：通年性と季節性があり、増殖性変化のない状態
- (2)アトピー性角結膜炎：顔面にアトピー性

ツカザキ病院 眼科

皮膚炎を伴う患者に起こる慢性炎症

- (3)春季力タル：アトピーに伴う症例も多く、結膜に増殖性変化を来たした状態
- (4)巨大乳頭結膜炎：コンタクトレンズなどの機械的刺激で増殖性変化を生じた状態

II. 自覚症状・他覚所見は？

自覚症状として眼搔痒感、充血、眼脂、異物感などが代表的です。季節性ではくしゃみや鼻汁などの鼻炎症状を伴うこともあります。

健康アドバイス

他覚所見としては結膜充血（図1）や結膜乳頭（図2）、結膜浮腫（図3）などを認めます。重症例では巨大乳頭（図4）形成の結果、軽

度の角膜上皮障害（図5）や上皮びらん（図6）、シールド潰瘍などを生じ、視力障害の原因になることもあります。



図1



図2

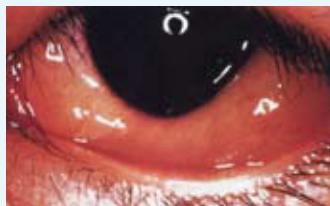


図3



図4



図5



図6

III. 予防：セルフケア

抗原別の回避・除去の方法

(1)室内ダニ：増殖抑制→寝具対策・空気

清浄・掃除機による十分な吸引を行います。

(2)真菌：増殖抑制→夏季の換気・冬季の結露防止など、除湿に努めます。

(3)花粉：

1. 花粉情報の活用

（兵庫県立健康科学研究センター：
<http://www.hyogo-iphs.jp/kenkou/pollen/pollen.htm>）

2. 花粉防護用眼鏡

3. コンタクトレンズの装用中止

4. 人工涙液による洗眼

5. 冷罨法

IV. 治療：メディカルケア

薬物治療が基本です。

(1)薬物治療

1. 抗アレルギー剤：アレルギー反応の抑制や化学伝達物質をブロックして、自覚症状を軽減します。花粉飛散予測日の約2週間前、または症状が少しでも出現した時点で点眼を開始するとピー

ク時の症状を軽減しやすいです。逆に症状が強くなってからでは効果が不十分なことがあります。

2. ステロイド剤：広汎な抗炎症作用によりアレルギー性炎症を遮断します。難治例ではステロイド懸濁液の瞼結膜下注射を行います。鼻炎症状を併発している場合は内服薬を併用しますが、結膜炎に対する内服処方には保険適応がありません。副作用として、眼圧上昇に注意が必要です。

3. 免疫抑制剤：春季力タルに対して認可されており、ステロイド剤の漸減目的やステロイド抵抗性の重症例に対して用いられます。

(2)外科的治療

増殖性変化が進行した結果、高度の眼瞼結膜巨大乳頭（図7）増殖を認め、角膜上皮障害が悪化する症例に対して結膜乳頭切除や角膜ブラーク搔爬を施行します。



図7