



脂肪性の肝疾患

—MASLD(マッスルド)—

横浜市立大学附属病院国際臨床肝疾患センター センター長・担当部長 米田 正人

企画：
日本医師会

No. 586

疾患名の変更

わが国では、肝がんや肝硬変(肝臓が慢性的なダメージを受け硬くなること)の原因として、飲酒に関連しない、生活習慣の乱れが原因とされる脂肪肝の割合が増加しています。これまでは、飲酒に関連していないことから「非アルコール性脂肪性肝疾患(NAFLD)」と呼ばれていましたが、近年、「alcoholic(アルコール依存症)」や「fatty(肥満者)」のような差別的な表現を避けるため、「代謝機能障害関連脂肪性肝疾患 metabolic dysfunction-associated steatotic liver disease(MASLD)」と名称が変更されました。

診断・検査

肝臓に脂肪が蓄積していることに加え、過体重、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などがある患者さんの場合には、飲酒量の違いにより、MASLDまたはMetALD(代謝機能障害アルコール関連肝疾患)と診断します(図1)。また、血液検査や画像検査、組織検査によって肝臓の硬さを調べ、肝硬変やそれに近い状態だった場合には、食道静脈瘤や肝細胞がんの検査も行うことになります。



図1 脂肪性肝疾患の新しい名称

治療 — 生活習慣の改善と関連する疾患の管理

MASLDは心血管疾患のリスクを高めるなど全身の病気にも関連しているため注意が必要です。治療には生活習慣の改善が重要であり、過体重の場合にはカロリー制限やフルクトース*1の摂取制限といった食事療法や、有酸素運動・レジスタンス運動*2を行うことで、現在の体重から5〜10%の体重減少を目指します。また、糖尿病や高血圧症、脂質異常症の適切な管理も不可欠なため、かかりつけ医に相談することが大切です。

*1：糖の一種、果糖。くだものや蜂蜜、砂糖に含まれている。

*2：標的とする筋肉に集中して負荷を掛ける動作を振り返り行う運動。スクワット、腕立て伏せ、ダンベル体操などがある。



日本医師会ホームページでは、健康ぷらざのバックナンバーがご覧いただけます。



健康ぷらざ
バーコード読み取り機能付き
携帯電話もしくはスマートフォン
でご利用いただけます。