

## 【体が警告！ 背中への痛みに潜む病気】「肝がん」中年期の脂肪 肝解消で明暗 肝硬変と背中への痛みの関係とは

健康・医療

2022/5/28 10:00

長らく続いたコロナ自粛で、運動不足や偏った食事により脂肪肝になってしまった人がいる。肝臓に5%以上脂肪がたまった状態が、脂肪肝だ。多量飲酒はもとより、単に食べ過ぎて肝臓に余分な脂肪がたまる非アルコール性の脂肪肝の人が増加傾向といわれる。多くの場合は無症状だが、放置して乱れた食生活を改めないと、やがて炎症が広がって肝炎、さらには肝硬変につながるといわれる。では、肝硬変と背中への痛みの関係はどうか。



食生活の乱れが肝臓を蝕んでいく

「肝硬変になると肝臓が萎縮し、周囲の神経を圧迫することもないため、基本的には痛みを伴いません。むしろ、黄疸（おうだん）、食欲不振、全身倦怠（けんたい）感などの症状が強くなります。とはいえ、肝硬変に伴う肝がんの破裂で、右脇腹から背中にかけての激痛により、救急車で運ばれる方もいます」

こう説明するのは、東邦大学医療センター大橋病院消化器内科の渡邊学臨床教授。肝臓病の専門医で、診断・治療を数多く行っている。

「70代や80代で気づかぬうちに非アルコール性脂肪肝炎から肝硬変になり、肝がんを発症する方がいるのです。肝炎ウイルスとは関係なく、食生活の影響が大きいと感ずます」

肝硬変になると肝細胞が減少・または死滅することによって、肝臓が硬く変化して機能が低下する。同時に肝がんの発症リスクも高くなる。以前は、C型肝炎ウイルスによるC型肝炎の人が、肝硬変になって肝がんを発症するケースが多かった。今は、C型肝炎の治療法が飛躍的に向上し、C型肝炎ウイルスを排除できるため、C型肝炎による肝がんリスクは減っている。

むしろ食生活の乱れで、脂肪肝→肝炎→肝硬変→肝がんのリスクが高い人が増えているのだ。

「健康診断を毎年きちんと受けて、脂肪肝と診断された状態を放置しなければ、肝炎や肝硬変、肝がんのリスクは下がります。しかし、70代や80代では、放置して肝がんになっているのも気づかず、肝がん破裂の激痛で初めて知るという方が、少なからずいるのです」

肝がんが破裂したときの治療では、血管に細い管のカテーテルを入れ、肝臓の動脈を塞ぐことで出血を止める「肝動脈塞栓術」（TAE）などの治療が行われる。また、がん細胞につながる血管に薬剤を入れて血流を止める「肝動脈化学塞栓療法」（TACE）などの治療法もある。渡邊医師はいずれの治療も得意としている。

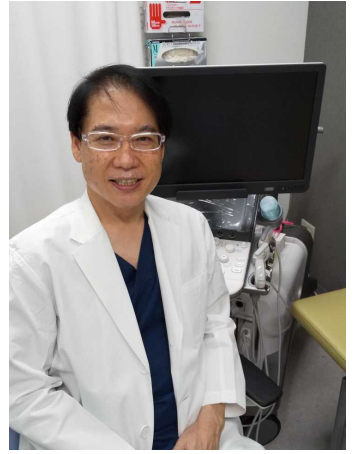
「自覚症状に乏しく、健康診断も受けていないと、肝がんになっても気づかないことがあるのです。そうなる前に、中年期や若い頃から健康管理に注意して、脂肪肝も放置しないでいただきたいと思います」

渡邊医師お勧めの脂肪肝予防法（別項）をぜひ参考にしてほしい。そして、背中の痛みなど違和感が続くときには、放置せずに医療機関へ受診を。病気のサインを見逃さないようにしよう。（取材・安達純子）＝おわり

### ■渡邊医師が教える 「脂肪肝」 予防法

- ☐ 1日3食、適量（1回1人前以内の量）を心掛ける
- ☐ 脂ぎった肉類などはなるべく避ける
- ☐ およその目安として、お酒は1日ビール中瓶1本（日本酒1合、焼酎の水割りは1杯）まで
- ☐ 週に1～2回は飲まない日を作る
- ☐ 1日30～60分は歩くなど、運動習慣を維持する

■渡邊学（わたなべ・まなぶ） 東邦大学医療センター大橋病院消化器内科臨床教授。1981年東邦大学医学部卒。米・南カリフォルニア大学肝臓病センター留学、東邦大学医療センター大森病院消化器内科准教授などを経て、2017年から現職。肝臓病の診断・治療、特にIVR（インターベンショナルラジオロジー）治療を得意としている。



東邦大学医療センター大橋病院消化器  
内科の渡邊学臨床教授