

# 健康知恵袋

## 健診結果の見方③

今回は基本健診（循環器健診）の「肝機能検査」についてお伝えしていきます。

### 肝機能検査

肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれており、肝臓病は自覚症状が出にくいのが特徴です。

症状が出た時には、すでに肝臓がかなり悪くなっていることが多いです。黒潮町の基本健診ではAST(GOT)、ALT(GPT)、 $\gamma$ -GTPの三項目で検査しています。

#### ■AST(GOT)

ASTとは肝臓の細胞中に含まれる酵素で、数値が高い場合に問題となります。

ASTが異常に高いということは、何らかの原因で肝臓の細胞が壊れて、血液中にASTがもれ出てきている可能性を意味します。

しかし、ASTは筋肉や赤血球にも含まれるため、ASTが高いというだけで肝臓が悪いとは言いきれません。

#### ■ALT(GPT)

ASTと同じく、肝臓の細胞中に含まれる酵素で、数値が異常に高いということは肝臓の細胞が壊れている可能性を意味します。

ALTは肝臓以外にはほとんど存在しないため、数値が高いということはほぼ肝臓の障害を意味します。

#### ■ $\gamma$ -GTP

$\gamma$ -GTPも酵素の一つで、腎臓に最も多く含まれ、ついで肝臓、膵臓、脾臓、小腸にもみられます。

これも数値が高い場合に問題となり、胆管が狭くなっている場合（胆石、胆管癌など）、アルコールのとり過ぎ、薬の副作用などで上昇します。

$\gamma$ -GTPはアルコールに特に反応し、しかも肝臓や胆道の病気があると、他の酵素より早く異常値を示します。そのため、一般にアルコールによる肝障害の指標になる検査として知られています。

### 黒潮町が実施する基本健診の肝機能検査の判定基準

肝機能検査									
AST(GOT)					ALT(GPT)				
異常なし	軽度異常	要経過観察	要精密検査	要医療	異常なし	軽度異常	要経過観察	要精密検査	要医療
~35	36~45	46~49	50~99	100~	~35	36~39	40~49	50~99	100~
$\gamma$ -GTP									
異常なし	軽度異常	要経過観察	要精密検査	要医療					
~55	56~79	80~99	100~	***					

### 平成十八年度に実施した基本健診の肝機能検査の状況

#### 平成18年度 肝機能判定

判定区分	人数
異常なし	1,654
軽度異常	135
要経過観察	66
要精密検査	129
要医療	6
現在治療中	54
判定不能	3
合計	2,047

全受診者二〇四七人中、三百九〇人(19.1%)の方が肝機能で何らかの異常がある、または治療中の方でした。

肝臓病というと、アルコールの飲み過ぎが原因というイメージがありますが、肝臓病の原因はそれだけではありません。肝臓病の原因は主にアルコール、ウイルス、過食の三つがあり、日本の肝臓病の多くはウイルス感染によるものです。

アルコールの飲み過ぎによる「アルコール性肝障害」、過食による「過栄養性脂肪肝」は生活習慣とのかかわりが強く近年増加しています。

#### ■肝臓を守る生活のポイント

- ① 食生活に十分注意をしてバランスのとれた食事をとる。
- ② 過労や不規則な生活を避け、睡眠を十分とる。
- ③ 食物繊維を十分にとり、便秘をふせぐ。
- ④ 薬の乱用をさける（肝臓には解毒能力があります）。
- ⑤ アルコールを飲み過ぎない（休肝日をつくる、マイペースでゆっくり飲む）。

肝臓病になっても自覚症状が現れにくいので、病気を早期発見するためにも、年に一度は健診を受けましょう。

#### ○お問い合わせ

健康福祉課 保健衛生係  
 大方総合支所 ☎ 43-2836(直通)  
 佐賀総合支所 ☎ 55-7373(直通)

