

# ドクター通信

⑩

## アルコール性肝障害

市立総合病院第二内科部長 近 江 忠 尚

アルコール性肝障害の主因はアルコール依存症者にみられる食事内容の不均衡と考えられていましたが、後の研究で、アルコールの直接作用で発生することが証明されました。

体内に入ったアルコールは二〇〇ほどが胃で吸収され、あとは小腸で吸収されます。体外へ排泄されるアルコールは一〇％以下で、尿や汗、呼吸に混じって出ていきます。肝臓はアルコールの約八〇％以上を代謝しますが、アルコール及びその代謝産物であるアセトアルデヒドに直接、しかも高濃度でさらされます。更にその代謝の過程で様々に状態の変化が生じ、これらがアルコール性肝障害の発生に重要な位置を占めるのです。

アルコール性肝障害には、アルコール性脂肪肝・肝炎・肝硬変があります。

### アルコール性脂肪肝

比較的多量のアルコール（一日に日本酒三〜五合程度）を常飲している人のほとんどに発生

します。肝細胞内に程度の差はあるもの中性脂肪が蓄積し、肝は三割から五割ほど肥大します。無症状の場合が多いのですが、全身倦怠感、腹部膨満感、食欲不振、疲れやすさなどを訴えることがあり、まれに黄疸、腹水、浮腫、くも状血管腫、女性化乳房を伴うこともあります。肝機能検査では、中性脂肪の上昇等の異常がみられます。

### アルコール性肝炎

常用飲酒家で、一日のアルコール摂取量が二〇〇g（日本酒で約六合）以上、しかも連続して摂取することで起こる重度の肝疾患です。肝細胞の風船化、多核白血球の浸潤を伴う進行性、可逆性の病変でもあります。

食欲不振、吐き気、嘔吐、全身倦怠感、腹痛、下痢、発熱、体重の減少といった症状が現れ、他覚的には著しい肝腫大、黄疸、腹水、浮腫がみられます。また

検査では、白血球増多等の炎症性変化を伴う異常がみられるようになります。

### アルコール性肝硬変

アルコール過剰摂取を十五〜二十年続けると、肝細胞の変性と壊死、結合組織の増生及び肝細胞の再生結節をきたし、肝硬変になります。アルコール依存症者の発病率は一〇〜三〇％と考えられています。

食欲不振、体重減少、腹部膨満感、脱力感などのほか、手掌紅斑、くも状血管腫、女性化乳房、末梢神経炎などもみられます。検査では正常化が困難な慢性肝障害の特徴とともに、時に出血傾向も現れます。

これらアルコール性肝障害の最も効果的な治療は、禁酒のうえ十分な栄養を取ることですが、禁酒は困難という人が多いのが現状です。しかし、肝硬変となると治療困難な場合もでてきます。日ごろから肝障害をきたさないぐらゐのアルコール摂取にとどめる心掛けが必要でしょう。

一日の飲酒量は日本酒にして二合以内とし、十分に栄養を取りながら、ゆっくり飲むことが肝要です。また、週二日以上はアルコールを口にしない日をつくるのも大事なことです。



## 忘れないで、水抜き操作

厳しい寒さもあと少しの間の我慢といったところですが、油断してはいけません。水抜き栓（凍り止め）の締め忘れによる水道の凍結がまだかなり起きています。中には、水抜き操作をしないで二、三日家を留守にしたために、水道管が破裂して家中水浸しになったという例もあります。水を出すときも止めるときも、水抜き栓のハンドルは完全に閉じましょう。

- チェックポイント □
- 水抜き操作をするとき、蛇口を全開にしていますか。

### ハンドルはキッチリと



- 水道管がむき出しになっている箇所はありませんか。
- メーターボックスの防寒は大丈夫ですか。
- 床下換気孔を閉じていますか。

水道課 ☎42-4117

## 要注意！水道管の溶氷

水道管の溶氷作業中の火災が県内各地で発生しています。

大館広域管内でもすでに二件発生し、いずれも電気溶氷機の誤使用によるものでした。電気溶氷とは、凍結水道管に電流を流して水を溶かすこと。二件の火災は、水道業者が凍結していた水道管の一部に電気抵抗の大きいステンレス製のパイプが使われているのを確認しなかったため、局部的に過熱され、可燃

性保温材に着火したものです。

水道管凍結で業者に溶氷を依頼する場合は、次のことに十分注意してください。

- ＜依頼者側＞
- ① 信頼のおける業者に依頼する。
- ② 配管状態をよく説明する。
- ③ 業者まかせにせず、作業を注意して見守る。

＜業者側＞

- ① できる限り管を見ながら作業する（壁で見えない箇所へ電気を送り、火災となつていない）。
  - ② 電気抵抗の大きい、継ぎ手、曲がり部分等へは通電させない。
  - ③ 通電時間は極力短縮する。
- 広域市町村組合消防本部