

コワ〜イ

STOP

脂肪肝



まずは！
肝臓の3つの働きから



代謝

糖の代謝・・・ブドウ糖を集め、グリコーゲンという形で一時貯蔵。
その後、血液中のブドウ糖濃度(血糖値)を安定させる。

タンパク質の代謝・・・アミノ酸の合成を行い血液中に放出。
アミノ酸分解で生じたアンモニアを無害な尿素に変える。

脂質の代謝・・・脂肪酸、コレステロールなどを合成する。
リポたんぱく質を血液中に放出。

ビタミン・ホルモンの代謝・・・ビタミンAを貯蔵しビタミンDを活性型にする。
ステロイドホルモンを分解する。

血漿たんぱく質の合成・・・アルブミン・グロブリンなど血漿中のたんぱく質
の大部分を合成し血漿中に放出。

胆汁の生成

不要な物質を胆汁中に分泌し、腸へ送る。
胆汁の成分には、脂肪の消化・吸収を助ける働きがある。

解毒

有害な物質を排泄しやすいように酸化・還元などの処理をして、
水溶液に変える

脂肪肝とは、中性脂肪が肝臓に蓄積する病気!!



※ 原因1 → 食べ過ぎ・運動不足

食事で摂った脂質は、小腸で吸収され肝臓で脂肪酸に分解され、糖質はブドウ糖に分解され小腸から吸収された後肝臓で中性脂肪に変化する。
脂質や糖質の摂り過ぎや摂取エネルギーと消費エネルギーのアンバランスで肝臓に蓄積される。

※ 原因2 → 飲み過ぎ

アルコールが分解される時、中性脂肪が合成されやすくなる。

※ 原因3 → 肥満

肝臓での脂肪酸の燃焼が悪くなる。

※ 原因4 → 無理なダイエット

極端な食事制限などでダイエットをした人は、「低栄養性脂肪肝」に。

脂肪肝

アルコール性脂肪性肝炎<ASH>



肝硬変

非アルコール性脂肪性肝疾患<NAFLD>

非アルコール性脂肪肝<NAFL>

非アルコール性脂肪性肝炎
<NASH>

その他・ウイルス性など



B型・C型肝炎

肝臓がん