

はじめに

前号では鹿児島の桜島の写真を掲載させていただきましたが、今回は同じ南九州で鹿児島～宮崎にまたがる霧島山をご紹介します。私の地元の方角から見えるその形は、まさに「山」の漢字そのものです（と個人的に思っています）。



霧島山 2023.1 宮崎県都城市より

糖尿病と肝臓

肝臓は栄養を貯蔵する臓器で、糖の代謝にとっても重要なはたらきをしています。肝機能が低下した状態では、肝臓への糖の取り込みが悪くなるため食後の血糖値が上昇しやすくなり、また肝臓からの糖の産生が弱くなるため低血糖にもなりやすくなります。そのため糖尿病に肝臓病を合併すると血糖コントロールが難しくなります。

慢性的に肝臓が悪くなる原因としては、お酒と肝炎ウイルスが有名ですが、最近はそのらによらない非アルコール性脂肪性肝疾患（NAFLD）が問題になってきています。NAFLD は肝臓に脂肪が異常に蓄積して起こりますが、原因としてインスリン抵抗性を背景にもつことが多いため、2型糖尿病と併存することも少なくありません。

この NAFLD の一部は肝硬変や肝臓がんに進展することがあり、単なる「脂肪肝」と侮ってはいけません。現在の糖尿病患者さんの死因の第1位は「がん」ですが、臓器別では肝臓がんは肺がんが続く第2位です。また NAFLD をもつ患者さんでは、肝臓以外のがんや心血管イベントも多いと言われています。血糖コントロールだけでなく、肝臓も守ることが糖尿病患者さんの真の健康維持に重要と言えます。

糖尿病の検査 <肝臓関連検査>

直接の糖尿病の検査ではありませんが、当院の採血では肝臓の機能に関連した項目もしばしば測定しています。当院では ALT とγGT を測定することが多いですが、いずれも肝臓病の際に上昇しうる項目です。ほかにも AST、LDH、ALP、ビリルビン、アルブミンや血小板なども肝臓病の参考になります。また肝機能異常が認められる場合には、一度は B 型・C 型肝炎ウイルスの検査を実施しておくことが望ましいです。

肝臓の画像検査には CT や MRI などたくさんありますが、当院では超音波（エコー）検査を実施可能です。肝臓の形態や、脂肪沈着の有無、腫瘍の有無などがわかります。そのほか日本肝臓学会認定肝臓専門医では肝臓の組織を顕微鏡で調べる肝生検が行われることもあります。

糖尿病の薬 <NAFLD 合併>

前述のとおり、NAFLD の背景には肥満やインスリン抵抗性が存在します。食事療法や運動療法により体重や内臓脂肪を減らすことは、インスリン抵抗性を改善につながるため、NAFLD の治療の基本です。NAFLD の直接の治療薬はなかなかありませんが、ビタミン E 製剤やウルソデオキシコール酸などが処方されることがあります。

一方、NAFLD に2型糖尿病を合併している場合、糖尿病治療薬の選択として、インスリン抵抗性を改善するピオグリタゾンや、体重を減らしやすい SGLT2 阻害薬あるいは GLP-1 受容体作動薬などが推奨されています。これらの薬は血糖コントロールを改善することが第一の目的ですが、肝機能の改善も期待できるため、NAFLD を合併した2型糖尿病の治療においては意欲的に検討されるべき薬剤です。

（注）当院では糖尿病のない NAFLD の治療や、体重減少だけを目的とした糖尿病薬の処方はありませんのでご了承ください。