

主論文の要約

Questionnaire survey on lifestyle of patients with nonalcoholic steatohepatitis

(非アルコール性脂肪肝炎における生活習慣のアンケート調査)

東京女子医科大学消化器内科学教室

(主任：立元敬子教授)

野登 はるか

J.Clin. Biochem. Nutr., 第 55 巻 第 3 号 191 頁～195 頁(平成 26 年 11 月 1 日)に掲載

【目的】

運動習慣の欠如や食事の過剰摂取などの生活習慣は、非アルコール性脂肪肝炎(NASH)の発症・進行において重要な要素である。NASH患者の食習慣や運動習慣などの生活実態を調査、分析した。

【対象および方法】

1995年から2010年までに東京女子医科大学で肝生検によりNASHと診断した171例(女性78例、男性93例)、肝生検およびNAFLC score(フェリチン、インスリン、IV型コラーゲン7Sを用いたNASHの簡易スコア)で診断したNAFL(非アルコール性脂肪肝)29例(女性13例、男性16例)、健常対照者49例(女性28例、男性21例)に対して食習慣と運動習慣に関するアンケート調査を行った。

【結果】

男女ともにNASHでは生活習慣病の合併頻度が高率で、女性NASHでは、糖尿病・脂質代謝異常・高血圧の頻度が男性NASHより有意に高率であった。男性NASH患者では夕食の摂取時間や主食の摂取量、肉料理、揚げ物、麺類、菓子類などの摂取量が健常者より多く、女性NASH患者では主食の摂取量、

外食の頻度、菓子類の摂取量で違いが認められた。また男性 NASH 患者では運動をしない頻度が有意に高率であった。NAFL は NASH と食生活の傾向は類似していたが、その異常頻度は NASH よりやや低率であった。また肥満のない NASH、NAFL、健常対照例での比較では、NASH は健常対照例に比較して揚げ物や麺類、インスタント食品などの摂取量が多かった。また肝線維化高度群の NASH 症例においては洋菓子の摂取量が多かった。

【考 察】

今回のアンケート調査では特に男性 NASH で、健常人に比べ食習慣に有意差を認めた。また肥満のない NASH においても同様の傾向が認められ、インスタント食品、麺類などの摂取を控えることが推奨された。一方、女性 NASH では男性にみられたような食習慣の差は顕著でなかった。女性 NASH の発症、増悪機序には食習慣だけでなく、遺伝的背景を基盤とした生活習慣病が強く関与している可能性が考えられた。

【結 論】

アンケート調査の結果から男性 NASH、肥満のない NASH で、食習慣、運動習慣が NASH の発症と進行に強く関与しており、男性 NASH 患者では生活習慣の是正が極めて重要であることが示された。一方、女性 NASH 症例では、食習慣の是正だけでなく、遺伝的背景を基盤とした生活習慣病のコントロールが重要である。