

保健師
だより



「沈黙の臓器」

肝臓は体内の化学工場

C型肝炎が原因の肝臓がんの撲滅を目指した国の対策として、平成14年度から5年間の年間措置として、肝炎ウイルス検診（C型・B型）が実施されていますが、今年度は実施最終年度となります。該当のかたで未受診のかたは、受診されますようお願いいたします（肝炎ウイルス検診の実施については22ページ「基本健康診査（集団）」及び「肝炎ウイルス検診」をご覧ください）。

そこで、検査の実施にあたり、肝臓の働きとC型肝炎についてお知らせします。

肝臓の働き

肝臓は、腹部の右上に位置し、成人で約12〜14kgと体の中で最も大きな臓器です。その働きは、吸収された栄養をからだに活用できる物質に変えたり、貯蔵したりするなど、生命を維持するために大変重要な働きをしています。主な働きは次のとおりです。

栄養（糖質、たんぱく質、脂質、ビタミンなど）の生成、貯蔵、代謝

薬物やアルコールなどの解毒、排せつ

脂肪の消化・吸収、ビタミンの吸収を助ける働きをする胆汁の産出と胆汁酸の合成

ホルモン分泌を調節
このように、重要な働きをし

ている肝臓には、他の臓器には見られない再生能力があります。そのため、異常に気づきにくく、知らない間に肝臓の病気がかなり進んでいることもあり、「沈黙の臓器」と呼ばれています。

C型肝炎とは

肝臓に炎症が起き、肝細胞が壊れて働きが悪くなる病気を肝炎といいますが、薬物やアルコールなども肝炎の要因になること

もありませんが、日本ではウイルスによるものが大部分を占めています。肝炎を起こすウイルスにはA型からE型までさまざまなものがありますが、C型肝炎ウイルスはその中でも代表的なものです。このウイルスは1988年に発見されました。かつて「非A型非B型肝炎」と呼ばれていたものの多くは、このC型肝炎と考えられています。日本人の100万〜200万人がC型肝炎ウイルスに感染してい

感染している可能性の高い人

感染者の多くは感染の時期がはっきりしていませんが、次に該当するかたは1度検査を受けましょう（C型肝炎ウイルスは血液を介して感染しますが、感染力は弱く日常的な接触で感染することはありません。以前に検査をうけたことがあるかたは、繰り返し検査する必要はありません）。

40歳以上の人

過去に健診などで肝機能の異常を指摘されたことがある人

大きな手術や妊娠・出産時などで大量出血したことがある人

平成4年（1992年）以前に輸血を受けている人

輸入非加熱血液凝固因子製剤、フィブリノゲン製剤の投与を受けたことがある人

長期間血液透析を受けている人

入れ墨や不潔な器具を使ってピアスをしたことがある人

薬物など注射器の回し打ちをしたことがある人

医療従事者のように血液に触れる可能性が高い状態にあった人

ると考えられています。成人では感染していても症状（けん怠感・食欲不振・吐き気・黄疸等）が出ないことが多く、感染に気づかずウイルスが体内に住みついてしまつことが多いのです（持続感染のことを「キャリア」と呼びます）。C型肝炎は慢性肝炎になりやすく、治療せずに放置しておくと、20〜50年かけて肝硬変、さらには肝がんになる可能性が高くなります。

もしC型肝炎ウイルスに感染していたら

肝臓の状態を把握できるように定期的に検査を受け、状態に合わせて生活管理をすることが必要です。主治医と相談して治療方針をきめましょう。また、たばこやアルコールは控え、健康的な生活を心がけましょう。そして、他者への感染を防ぐために次のことに注意してください。

- ・ 献血や臓器提供はしない。
- ・ 出血は自分で手当をする、手当を受ける場合は相手に血液や分泌物がつかないようにする。
- ・ 血液や分泌物がついたものは捨てるか流水で洗い流す。
- ・ カミソリ、歯ブラシのように血液がつくようなものは自分専用にする。
- ・ 赤ちゃんに口うつしで食べ物を与えない。

問合せ 保健センター（はびすしらか内） ☎(92) 1201