

カルテ

KARTE



肝臓に関する血液検査で「FIB-4 index」という項目があり、やや高値と出ました。かかりつけ医からは特に説明もなく「心配いらない」と言われましたが、気になります。これはどのようなものでしょうか？ 数値を下げることはできるのでしょうか？ (54歳、女性)

肝線維化

FIB-4 indexは「肝線維化指数」の一つで、最近採血データに記載されることが多くなりました。肝線維化とはウイルスや脂肪過多による慢性的な炎症で、本来軟らかい肝臓が硬くなる現象です。進展すれば肝硬変や肝がんの危険が高くなります。

検査などの追加検査が望ましくいとされます。2・67以上は高度線維化の可能性が高く、専門医に受診を勧めることとなります。

実臨床ではALTや血小板と組み合わせ評価しますが、ALTが31以上でウイルス、アルコールやほかの肝障

てしまったため、1・45未満はあまり問題視されないことも多いです。また、70歳以上は2・0以上で要注意とされます。

質問にある「やや高値」は中間値のことだと思えますが、かかりつけ医から「心配いらない」と言われたのは、

ウイルス制御や節酒・断酒、食事療法や運動療法による体重減少と脂肪肝解消が有効です。線維化改善には時間がかかりますので、焦らず地道に努力してください。

(兵庫県医師会、菅野雅彦 姫路市、すがの内科クリニック院長)

◇第1、3、4日曜に掲載します。

体重減少や脂肪肝解消で改善

正確に線維化を評価する検査「肝生検」は簡単には行えません。簡易的な評価として通常の血液検査だけで算出できるFIB-4が注目されています。

1・3未満は線維化リスクが低く、まず安心。1・3と2・67(中間値)は、超音波

害の原因がないNASLD(非アルコール性脂肪性肝疾患)でも、FIB-4が1・3以上または血小板が20万以下の場合には精査が必要とされています。

ただし、FIB-4には年齢の関与も大きく、中高年では比較的簡単に1・3を超え

年齢も加味し、脂肪肝以外に肝障害の要因がないためだと思えます。しかし、実は脂肪肝そのものでも静かに線維化が進み、FIB-4が高値を示す「隠れたリスク」になることがあります。

数値を下げるには、肝臓の炎症を抑えることが大切です、