

所長の部屋



所長のひとことアドバイス

タイトル 健康診断結果への対応(3) ALT(GPT)

[2017年9月]

今回はALTについてです。GPTとも呼ばれ、高値になると問題です。

ALTは前回お話ししたASTと同様に細胞内の酵素ですが、ALTは肝臓に特に多く存在するため、通常の肝障害ではAST<ALTとなるのは前回お話ししました。では肝障害の原因には何があるのでしょうか。

肝障害の中で日本人に頻度が高いのは、(順不同で)①B型肝炎、②C型肝炎、③脂肪肝、④アルコール性肝障害、⑤総胆管疾患その他です。

①と②はウイルスによって起こりますが、いずれも以前から病気を指摘されていることが多く、過去の検査でB型やC型のウイルスが陰性と言われていたら、ほぼ大丈夫です。このため健診で初めてASTとALTが高いと言われたら、③か④が原因の場合が多いのです。

③の脂肪肝は、中年太りの人によく起こります。一見太って見えなくても、20歳の頃は痩せていて、以後10kg以上太った人は可能性大です。しばしば④やメタボリックシンドロームを合併します。

④のアルコール性肝障害は、酒を多く飲む人に起こります。男性でエタノールにして60g/日(日本酒2合、ビール1L)以上、女性では男性の2/3以上飲む人は可能性大です。④が起こる飲酒量には体質や身体の高さ、③の影響もあり、個人差が大きいです。

③の治療には食事の改善と運動が、④の治療には節酒が必要です。ASTやALTが高値の場合は、病院や医院で相談しましょう。