



肝疾患相談センターマスコットキャラクター
「ヘパリーヌちゃん」

肝臓
通信

むさしの

2024.3.1号 Vol.9

今回の特集

ウイルス性肝炎 基本のQ&A

一生に一度、
肝炎ウイルス検査を受けよう！

現在、日本国内において最大級の感染症が、「ウイルス性肝炎」であることをご存知でしょうか。

それに関わらず、肝炎に対する知識がまだ十分に普及しているとは言えない状況下で、多くの人が無防備に過ごしていることが問題視されています。

自分を守るため、大切な人を守るため、ウイルス性肝炎の基本を知っておきましょう。



Q. ウイルス性肝炎って何？

肝細胞がウイルスによって破壊されている状態です。

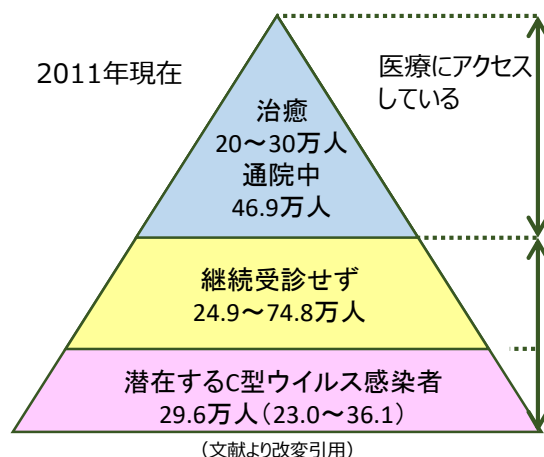
肝臓は、消化管から取り込んだ栄養を利用しやすい形に変えたり、毒物を分解したり、体内の物質のバランスを維持するなど、生命を支えるために重要な多くののはたらきを担っています。

この肝臓の細胞が、ウイルスによって破壊されている状態が「ウイルス性肝炎」です。ウイルスには、A・B・C・D・E型があります（国内においてDはまれ）。その他、アルコール、脂肪肝、薬物、自己免疫なども肝炎の原因となります。肝炎を放っておくと、肝硬変や肝がんへと進行することもあります。

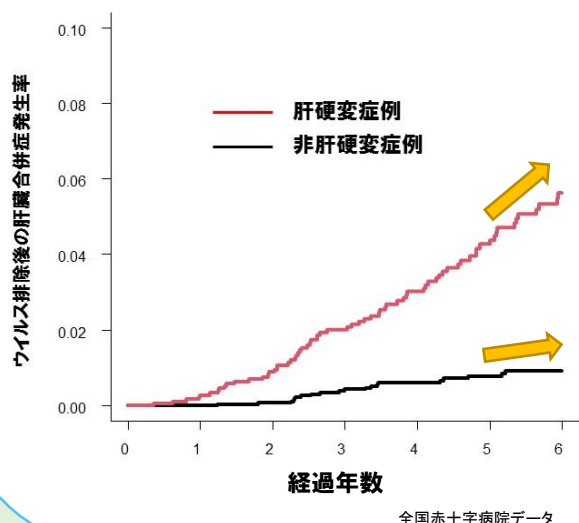


ウイルスの型	特徴
	牡蠣などの魚介類を食べることで感染。 2～6週間で、発熱、頭痛、倦怠感、食欲不振、等。 自然経過で治癒 
 	血液・体液を介して人から人へ感染。感染力が強い。 急性肝炎は1～6カ月で、倦怠感、食欲不振、悪心、褐色尿、黄疸、等が出現。 昔は母子感染が多かったが、2016年から、すべての赤ちゃんにワクチンの定期接種が始まっている。 
	血液・体液を介して人から人へ感染。 感染の約70%が慢性肝炎に移行し、症状が出ないまま進行し、肝硬変、肝がんの原因となる。 現在、内服薬での治療が可能。ワクチンは無い。 
	イノシシや鹿、豚などの肉で加熱調理が不十分な物を食べることで感染。 2～9週間で、A型同様の症状が出現。 自然経過で治癒。 

C型ウイルス性肝炎について



文献: 江口有一郎 肝胆膵 71(6):1175-1183,2015
 田中純子:科肝炎ウイルス感染状況・長期経過と予後調査及び治療導入対策に関する研究
 平成26年度総括・分担研究報告書,2015



肝臓は「沈黙の臓器」といわれるように、**肝炎**（細胞が破壊され炎症が生じる）→**肝硬変**（炎症が生じた細胞が線維化して肝機能低下が生じる）→**肝がん**と進行しても、痛みを感じません。この“無症状”であることが「通院しない」または「一度受診してもやめてしまう」ということにつながっていると考えられます。

またウイルスを無自覚に持っている人も、国内におよそ29万人もいると言われています。ぜひ一度、肝炎ウイルス検査を受けてみましょう。

★東京都HP「肝炎ウイルス検査を受けましょう」→



【C型肝炎治療の進歩】

以前のインターフェロン治療は副作用も強くウイルスが排除される確率も低かったのですが、この10年で治療薬は飛躍的によくなり、今では副作用もなくほぼ100%の確率でウイルスを排除することができるようになりました。途中で治療をやめてしまった人も、もう一度受診してみてください。

ウイルス排除により、肝臓の線維化は改善されて、発がんのリスクは70%以上減少することがわかっています。

しかし左のグラフのように、何年経っても一定数の発がんは認められているため、定期的な検査は継続しましょう。早期発見が根治治療につながります。

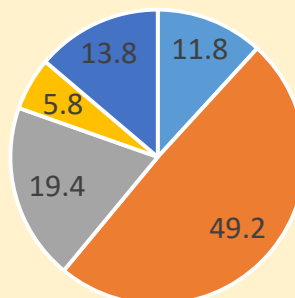
Q. 感染を放っておいたらどうなるの？

B型は、母子感染の場合約90%、成人してから感染の場合、急性肝炎から約1~2%の人（欧米型Aは、急性肝炎後約10%の人）が慢性化します。

C型は約70%の人が慢性化します。昔、「治療しなくていい」と言われた人も、今はほぼ排除可能な時代です。ALT,ASTの値が正常でもC型肝炎は治療しましょう。

どちらも慢性肝炎のまま放っておくと、10年~30年をかけて肝炎から、肝硬変、肝がんへと進行してしまいます。

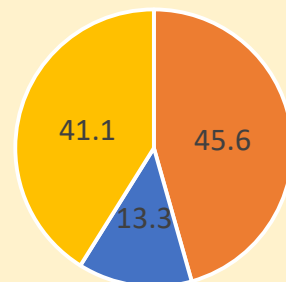
【肝硬変の成因】



■ B型
 ■ C型
 ■ アルコール
 ■ NASH
 ■ その他

慢性肝炎・肝硬変の診療ガイド2019より

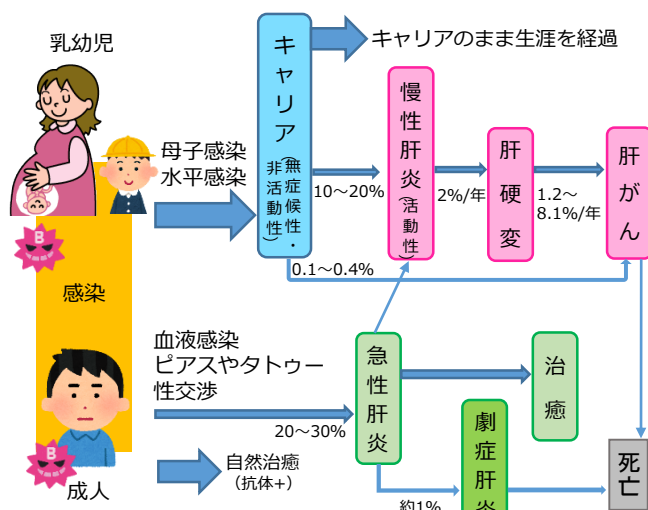
【肝がんの成因】



■ C型
 ■ B型
 ■ その他(アルコール、NASH、等)

第23回全国原発性肝癌追跡調査報告
 (2014-2015年) より

B型ウイルス性肝炎について



【非活動性キャリアで治療不要の基準】

ALT	HBe抗原	HBV DNA量
30U/I 以下	陰性	2,000 IU/ml 以下 3.3log IU/ml 以下
①1年以上の期間で、3回以上血液検査をして上記の3条件すべてを満たした場合 ②線維化が進んでいない		

※肝臓の線維化（肝臓の硬さ）は、血液データだけではわかりません。MRエラストグラフィなどを用いた検査が必要です。

B型の主な感染源は、母子感染（出産時の感染）または乳幼児期の家庭内での水平感染でした。しかし、1986年から母子感染対策事業が開始され、2016年10月からすべての赤ちゃんに対してワクチンを定期接種するようになってから、新たな母子感染者は激減しています。

一方、成人してからは、タトゥー・針刺し等での血液感染や、性交渉で感染しますので、注意が必要です。



乳幼児期の感染時に、ウイルスを自己免疫で排除しきれずとも抑え込みながら保持された場合、無症候性キャリアとなります。無症候性キャリアの人が成長につれ自己免疫で抑え込みなくなってくると、慢性肝炎（活動性肝炎）になります。ALT高値かつDNA量（ウイルス量）が多いと、医師が判断し治療が必要となってきます。一部の患者さんは自然経過でウイルスの活動が抑えられ非活動性キャリアとなります。

非活動性キャリアであっても、肝硬変や肝がんのリスクはゼロではありません。1年に1回程度の経過観察は必要です。

また、他者へ感染させる可能性もゼロではないため、血液に触れさせない、パートナーや家族はワクチンを打つなど、対策が必要です。

Q. 肝炎検査で陽性だったらどうすればいい？

- まずは医療機関を受診しましょう。

検査結果を持参の上、近隣の消化器内科に受診し、精密検査を依頼しましょう。

肝臓の状態やウイルスの状態をみて、治療が必要かどうか等、医師に診断してもらいます。



- 周囲の人に感染させることがないように予防しましょう。

B型・C型ウイルスは血液、体液を介して感染します。

➡カミソリ・歯ブラシ等の共有はしない、血液に触らせない、性行為は避妊具を使用する、等

◎一緒に食事をしたり（お皿から取り分けることも含む）、握手や入浴、その他の日常生活では感染しません。



トイレや食器の共用も大丈夫！

Q. 困った時・知りたい時、どこに相談すればいい？

- 肝臓についての質問、お悩み、ご相談は、「**肝疾患相談センター**」にご連絡ください。

武蔵野赤十字病院肝疾患相談センター

TEL **0422-32-3135** (平日9時30分～16時)

※相談は無料です (通信費は自己負担)

ホームページにも様々な情報を掲載しています。



肝疾患相談センター
ホームページのQR
コードはこちら➡



- 医療費助成について➡東京都保健医療局保健政策部疾病対策課

TEL : 03-5320-4476



東京都保健医療局
ホームページのQR
コードはこちら➡



- **国立国際医療研究センター 肝炎情報センター**のホームページに、
各種ガイドラインが掲載されています。

肝炎情報センターHPの
QRコードはこちら➡



＜日常生活の場での感染伝搬予防＞

日常生活の場でウイルス肝炎の伝播を防止するためのガイドライン

＜保育関係者の方へ＞

保育の場において

血液を介して感染する病気を防止するためのガイドライン

＜働く人へ＞

事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン

＜高齢者施設の方へ＞

高齢者施設における肝炎対策のガイドライン



←日常生活の場でウィ
ルス肝炎の伝播を防止
するためのガイドラ
イン (表紙)



→保育の場において血
液を介して感染する病
気を防止するためのガ
イドライン (表紙)

令和6年度 武蔵野赤十字病院

「肝臓病教室」の予定

- ・ 5月20日 (月)
- ・ 7月9日 (火)
- ・ 10月8日 (火)
- ・ 12月 (未定)
- ・ 1月28日 (火)
- ・ 3月11日 (火)

テーマは、順次
ホームページ・
X (旧ツイッター) 等で
紹介していきます。

会場 武蔵野赤十字病院 3番館1階
山崎記念講堂

※オンライン参加もできます。

★詳細はこちら↓

肝疾患相談センター ホームページ

HP: <https://kan-kyoten-musashino.jp/>



「この前の肝臓病教室に参加できなかった」、「もう1度見たい」、という声にお応えします！

今までの肝臓病教室の講義の
動画を、肝疾患相談センターの
HPに掲載中です。



トップページ＞一般・患者のみなさま
＞肝臓病教室のご案内＞過去の肝臓病教室
の動画

★ 出張肝臓病教室のご案内 ★

肝疾患相談センターは、出張での肝臓病
教室も承ります。ご希望のテーマに沿っ
た講義を、あなたの職場やコミュニティ
に伺って行きます。

お気軽にお問い合わせください。

(出張範囲：多摩地域)



肝臓に関する相談受付中

☎ 0422-32-3135

(平日9時30分～16時 休診日を除く)

次号Vol.10発行予定は2024.7月



東京都肝疾患診療連携拠点病院
武蔵野赤十字病院

肝疾患相談センター