

脂肪肝

脂肪肝的定義為肝細胞中脂肪含量高於 5%，須依賴肝臟的切片才能診斷，近年來由於腹部超音波檢查普及，加上以超音波診斷脂肪肝的準確度高，以超音波診斷脂肪肝準確率高達 97%(台大)，因此，已有以腹部超音波診斷取代肝臟切片之趨勢。

根據統計，國人脂肪肝的盛行率約在 21-25%之間，遠高於 B 型肝炎的 15 ~ 20% 及 C 型肝炎之 2 ~ 4%，可稱為國內最盛行之肝病，而造成脂肪肝的原因有：

肥胖、
高血脂症、
糖尿病控制不良、
飲酒、
C 型肝炎、
及藥物所導致等六大因素，前三者皆與肥胖有關。

一)脂肪肝需不需要治療呢？

要回答此問題前，應先瞭解脂肪肝的四個不同嚴重度：

1. 脂肪肝、
2. 脂肪肝炎、
3. 肝纖維化、
4. 肝硬化

經超音波診斷為脂肪肝後，應趕緊抽血查看 GOT 及 GPT 這兩項肝炎指數是否異常；若正常，則可能只是單純的脂肪肝；

若不正常，且在排除病毒性、酒精性、自體免疫或藥物性肝病等原因後，則可診斷為脂肪肝炎，就必需治療，以免步入肝纖維化及肝硬化的不歸路。

二)脂肪肝如何治療呢？

常有病患要求給藥，其實這是緣木求魚的想法，因為脂肪肝只是許多種疾病的共同表現罷了，

治療應先查明病因，然後再加以治療。

如因飲酒引起，則必須戒酒；若因 C 型肝炎引起，則應治療 C 型肝炎；若因血糖控制不佳，應努力控制。

肥胖與許多疾病相關，包括高血壓、糖尿病、高血脂症、脂肪肝及高尿酸血症，而這些慢性病又與國人十大死因中之心臟病、某些癌症及腦中風相關，影響

永川醫院

國人健康甚鉅，如因肥胖引致高血壓、高尿酸血症、痛風、脂肪肝及肝功能異常而服用藥物多年沒改善，但在下定決心減肥成功後，這些疾病也就不藥而癒了。可見維持理想體重，由飲食及運動著手，促進身體健康。

- (ps)根據衛生署最新的國人營養及體位的調查顯示，我國十九歲以上人口中，便四人就有一人體重過重，身體質量指數超過二十五。
(身體質量指數，Body Mass Index，簡稱 BMI，算法為體重/身高平方，體重以公斤為單位，身高以公尺為單位，最健康之 BMI 為二十二)。