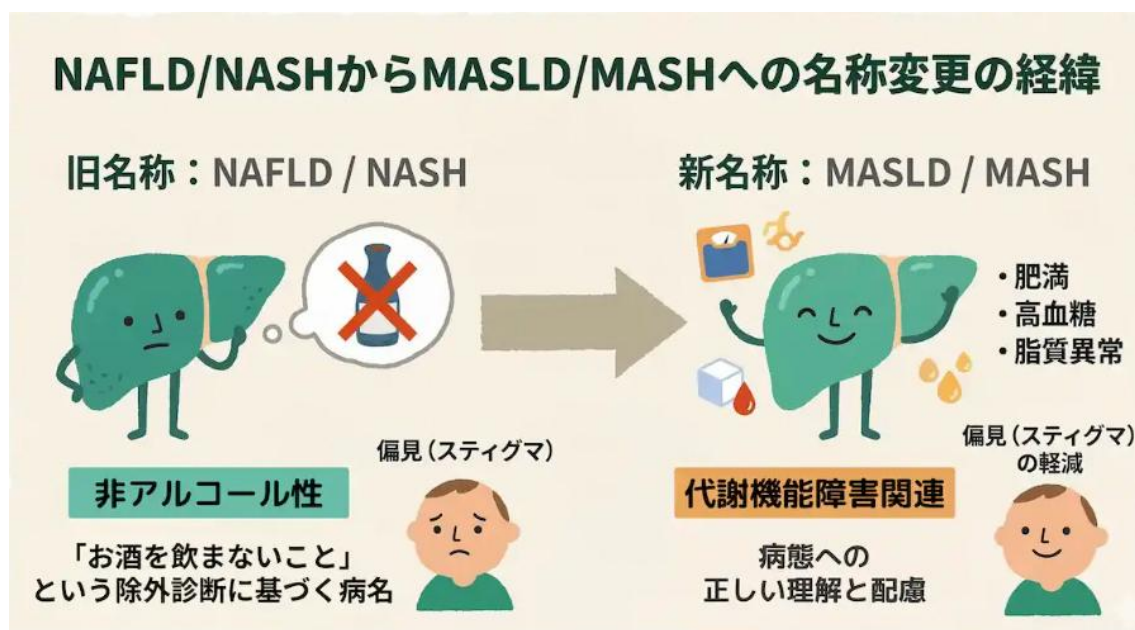


皆さんは MASLD (マッスルディー) / MASH (マッシュ) をご存じですか？ いいえ、マッシュポテトの略ではありません、れっきとした病気の名前です。“脂肪肝”というピンと来るかも知れません。昔は NAFLD (ナッフルディー) / NASH(ナッシュ)だったんですが、最近名称が変わったんです。医療はどんどん進歩します。現役のお医者さんでも、常に最新の医療知識を手に入れるのは至難の業です。



<https://himanlabo.qlife.jp/>

より引用

検診で「あなた、若い頃に比べて 10kg も体重が増えましたね、太りすぎです。ほら、腹部エコー検査で脂肪肝になっていますよ。」と言われたことがあるかも知れません。でも、たいていの患者さんは「はいはい、気を付けます。」と苦笑いして終わってしまう、居酒屋でネタにしてしまう、それが脂肪肝かも知れません。脂肪肝は糖尿病と同じように、初期段階では痛くも痒くもありません。全然症状がないので、ついついほったらかしにしてしまう病気なんです。

しかし近年、肥満・糖尿病・脂質異常による肝臓への脂肪の蓄積と炎症が進行すると、MASLD（マッスルディー）の一部の患者さんで MASH（マッシュ）→ 肝硬変・肝細胞癌へと進行する事が分かってきました。それだけではなく、MASH は心筋梗塞や脳卒中と言った心血管系の動脈硬化性



心脳疾患リスク



肝硬変・肝がんリスク



腎臓病リスク

疾患や慢性腎不全(進行すれば透析治療が必要になる)の危険があることも分かってきました。たかが“脂肪肝”で済ませてはいけませんね。

MASLD / MASH の治療は何と言っても、食事・運動療法です。そして朝早く起きてしっかり朝食を摂り、規則正しく生活し、菓子・ジュース類の摂取を控えると言った生活習慣の改善を通して、体重を減らすことがとても大切です。

もはや若くない（笑）主任部長も“良質な睡眠とバランスの良い食事”の重要性は痛感しております。でも『水は低きに流れ、人は易きに流れる』（孟子）と言います。おいしそうなおパン屋さんに行列ができていれば、ついつい並んででも買っちゃう主任部長です💧 この現代社会で、食事・運動療法だけで体重を減らすことは本当に難しいことです。

近年、食事・運動療法を頑張る肥満症の患者さんの背中を押してくれる GLP-1 受容体作動薬“ウゴービ”や GIP / GLP-1 受容体作動薬“ゼップバウンド”が登場しました。そして肥満症の治療を通じて、MASLD / MASH が改善する可能性があることも分かってきました。

2026 年 4 月 17 日、肝臓がご専門の名古屋大学の今井則博先生が枚方にお越しくださり、MASLD / MASH の最新の知見についてご講演下さいました。今井先生は、良質な疫学

データやマウスの研究結果をお示しになりながら、MASLD / MASH の全体像を分かり易くご説明下さり、“脂肪肝と言われた患者さんが30年後に肝硬変・肝細胞癌にならないために、今頑張らなければいけません”とお話をまとめて下さいました。

主任部長、今井先生から頂いた“今頑張らなければならぬバトン”をしっかりと受け継ぎ、この枚方の地で頑張りたいと思います。今井先生、ありがとうございました！



肥満症治療アップデートセミナーをご一緒させて頂いた座長・演者の先生方と。
(すべての先生方にお写真掲載の許可を頂いております。)