

慢性肝炎はどんな病気？

肝臓が炎症を起こし、それが6カ月以上続いている状態をいいます。

90%がB型・C型ウイルスの感染が原因です。

初期の症状は、だるい、疲れやすい、食欲不振などの目立たない症状ですが無症状の場合もよくあります。

今回は肝炎について見ていきましょう。

慢性肝炎の多くは、ほとんど症状がありません。

長年経過すると全身倦怠感(ぜんしんけんたいかん)、易疲労感(いひろうかん)

等の症状が出ることもあります。多くの場合、血液検査を行って

GOTやGPTの値が上昇して初めて気付きます。

肝炎の主な症状

- ・食欲不振 以前に比べて食欲がないという症状です
- ・倦怠感 なんとなくだるいという状態が続くことです
- ・黄疸 皮膚や目の白い部分が黄色くなり、黄疸が出る場合があります
- ・褐色尿 尿が濃い褐色になる場合があります
- ・吐き気

日常生活の注意

慢性肝炎が怖いのは、一部が肝硬変になったり、肝がんが発生したりすることです。

食事は高タンパク食のみならず、ビタミン類の補給を含め、

偏りのない多種類の食品を適量に摂ることが大切です。

飲酒は慢性肝炎を進行させる可能性が強いため、できるだけ避けるべきです。

激しい運動や長時間の入浴は肝細胞の再生にとって好ましいことではありません。

規則正しい生活と睡眠を心がけ、ストレスを避けることも大切です。

最後に慢性肝炎は、多くの場合が無症状です。そのため肝細胞の破壊がどの程度進行しているのかを、調べるため定期的に血液検査(肝機能検査)を受けましょう。



快適に過ごす為には、“痛いのはイヤだけど”
定期的な採血も必要なことですね！