

肝心かなめの

肝臓 のはなし

1

香川大学医学部消化器・神経内科教授
正木 勉

肝臓は、人体の中で最も大きな臓器です。その重量は、成人では1000〜1500g、体重の約2%。右上腹部にあり、右の肋骨で守られるように位置しています。極めて強い再生能力があり、正常な肝臓ならば80%〜85%を切除しても働くといわれています。だから、肝疾患による症状が出た際には、病状が相当進行している場合が多いのです。肝臓が、沈黙の臓器といわれるゆえんは、ここににあります。肝臓はヒトが生きていく上でなくてはならぬ臓器であり、さまざまな働きを持っています。主な働きは以下の3つです。

エネルギー産生の場

有害な成分を解毒し
排泄もつかさどる

①代謝機能

口から取った食物などの栄養素は、そのままの形では体に吸収することができません。栄養素を体が利用しやすいような形に分解あるいは合成する働きを代謝と呼び、肝臓はこの働きをつかさどっています。生物の三大栄養素である糖質（炭水化物）、タンパク質、脂質などを肝臓で代謝し、血流を介してさまざまな臓器でエネルギーとして使用できるようにするのです。肝機能が悪化した時、体がだるい（倦怠感）を訴える原因の一つに、肝臓で代謝され得られるエネルギーの不足が挙げられます。

②解毒機能

肝臓はいろいろな物質を毒性の少ない物質に変え、尿中、胆汁中に排せつします。例えば、嗜好品の一つであるアルコールも無害なものに変換し、体の外に出しやすくなります。食物から得られたタンパク質は代謝の過程でアンモニアを作りますが、体にとっては有害なもの。肝臓によってアンモニアは尿素に変換され、尿中に排出されます。肝臓が悪くなればアンモニアの代謝ができなくなり、やがて脳症を引き起こします。これを肝性脳症といい、さまざまな精神症状を引き起こします。

③胆汁の生成と分泌

肝臓は胆汁という成分を生成します。この胆汁は、肝臓で作られた老廃物を排せつ

する役割と同時に、必要に応じて十二指腸に放出され、脂肪の消化を助ける作用があります。便の色は、胆汁によって着色されており、白い便が出たときは、胆汁の流れる器官の病気が考えられます。

次回からは、このように大切な肝臓の働きを阻害するさまざまな病気と、それらから肝臓を守る生活について詳しくお話します。

