



新廣大X光化驗所有限公司

New Golden Laboratory & X-Ray Services Ltd.

香港灣仔軒尼詩道265-267號祥興大廈1樓A-B室
Flat A-B, 1/F, Chong Hing Building, 265-267 Hennessy Road, Wan Chai, Hong Kong.
Tel : 2586 1816 Fax : 2583 9040

脂肪肝

由於生活富裕，運動機會又少，所以多數人患有營養過剩、過度肥胖、高血脂、糖尿等疾病。加上飲食文化盛行、酒席多、應酬頻繁，以致吃喝的機會也多。這種吃得好又喝得兇的生活方式，導致脂肪肝的發生率普遍提高，民眾不可不慎！

致因與症狀

脂肪肝是典型的文明病，由於此症初期沒有自覺症狀，[肝功能檢查](#)可能正常，肝也未必腫大，所以很容易被人忽視。但是醫師提醒民眾，部分類型的脂肪肝也可能併發[肝硬化](#)與[肝癌](#)，不得不小心防範。

初期 80%罹患者沒有臨床症狀

正常的肝細胞中大多含有少量的脂肪，約佔肝重量的2至5%。當脂肪囤積超過肝重量的5%時，即稱為脂肪肝。

脂肪肝主要是因為[三酸甘油酯](#)代謝異常，使得肝細胞質囤積過多的脂肪顆粒，而影響細胞質本身的功能，導致肝機能異常所致。根據臨床報告顯示，80%的脂肪肝患者，絕少有症狀出現，僅少數出現上腹部飽脹、食慾不振或全身倦怠等現象。

脂肪肝可大致分為六種酒精及藥物所致者較難治療，易引起脂質代謝異常，**導致脂肪肝的因素**有以下六種：

- 肥胖

吃太多、吃太好，以致營養過剩所致。肥胖性脂肪肝的患者腹壁脂肪較厚。

- 肝炎恢復期

此時肝炎患者，由於尚不能大量活動，又進食過多高熱量食物，加上原本肝功能已多少有些影響，所以易形成肝炎後脂肪肝。

- 糖尿病患

易因醣類代謝異常，使肝醣貯存減少、肝中脂質增加，而導致糖尿病脂肪肝。

- 嗜酒者

長期酗酒會導致酒精中毒、肝臟對脂質代謝的功能障礙，使肝內脂質囤積，稱為酒精性脂肪肝。這類病人若不戒酒，將可能變成肝硬化或肝癌。

- 藥物

喜歡亂服成藥、施打毒品或長期使用四環素、金黴素、止痛藥、抗生素或抗結核菌等

=====
本刊內所提供的醫療或保健資料內容僅供參考，並不保證該等資料能滿足或符合閣下的健康或醫療需要。個人身體狀況因人而異，如有任何疑問，閣下應向合資格醫療專業人員直接查詢。本刊資料力求準確，但本公司對其任何內容的準確性或完整性不會承擔任何責任。如閣下如因此招致直接或間接的任何身體健康或財富上的損失或傷亡，一概與本公司及有關人士無關。



傷害肝細胞的藥物，將導致脂蛋白合成障礙及脂蛋白從肝內排除受阻，而引起藥物性脂肪肝。這類病患將導致肝硬化、肝衰竭而死亡。

- 營養不良

長期厭食、飢餓或吸收不良時，全身的脂肪將被逼燃燒，使大量脂肪進入肝臟，等待代謝。但因長期缺乏蛋白質會導致脂質代謝異常，使脂肪囤積肝臟。這種營養缺乏性脂肪肝，較常見於減肥不當的人。

檢查與治療

超音波檢查是診斷脂肪肝的利器排除致病因肝臟多數可恢復正常。由於近年來罹患脂肪肝的人數，節節升高，民眾若擔心自己在不知不覺中罹患此症，最好的預防之道，就足定期接受肝臟超音波檢查。超音波掃瞄脂肪肝準確性 97% 民眾應定期接受檢查。

過去影像學檢查並不發達的時代，要診斷脂肪肝，須進行肝穿刺。而目前超音波和電腦斷層攝影檢查，則可直接從螢幕上觀察肝的變化。尤其是超音波檢查，既經濟實用，又不傷害身體。並且超音波檢查診斷脂肪肝的準確度，高達 97%。

輕度的脂肪肝患者，並不需特別做積極治療，只要針對致病因，進行減肥、運動、控制血糖、戒酒或停止亂服不必要的成藥，即可恢復。而因體質關係導致的血中三酸甘油酯偏高，則需服用醫師開的降血脂藥物。

醫師表示，只有在小兒發高燒時，服用阿斯匹靈所致的脂肪肝、肝衰竭或少數懷孕末期的婦女，發生原因不明的脂肪肝，較難防治之外，一般的脂肪肝患者，若謹遵醫囑，去除致病因，通常不會有嚴重後果，千萬勿貿然服用偏方，增加肝臟負荷。

事實上，「脂肪肝」會因病因的去除，而得以改善，但其中長期過量飲酒以及長期服用藥物所引起的脂肪肝，在原因持續存在之下，少數的人可能形成不可回復的「肝硬化」。除此之外，已罹患脂肪肝的病患，在心理上千萬不要存有過度的憂慮，否則心裡壓力更會造成情緒的低落及倦怠。

脂肪肝的預防

由於經濟繁榮，大家生活富裕，「脂肪肝」亦有增加的趨勢。因此，我們對飲食應該加以節制，不可暴飲暴食，而使體重增加；更不能長期酗酒，加重肝臟的傷害，此外營養不良或失調，也是形成脂肪肝的原因之一，所以要注意營養的均衡攝取。