

基準となる アルコール飲料の量



日本酒 (15-17%)
1合=180ml 200kcal

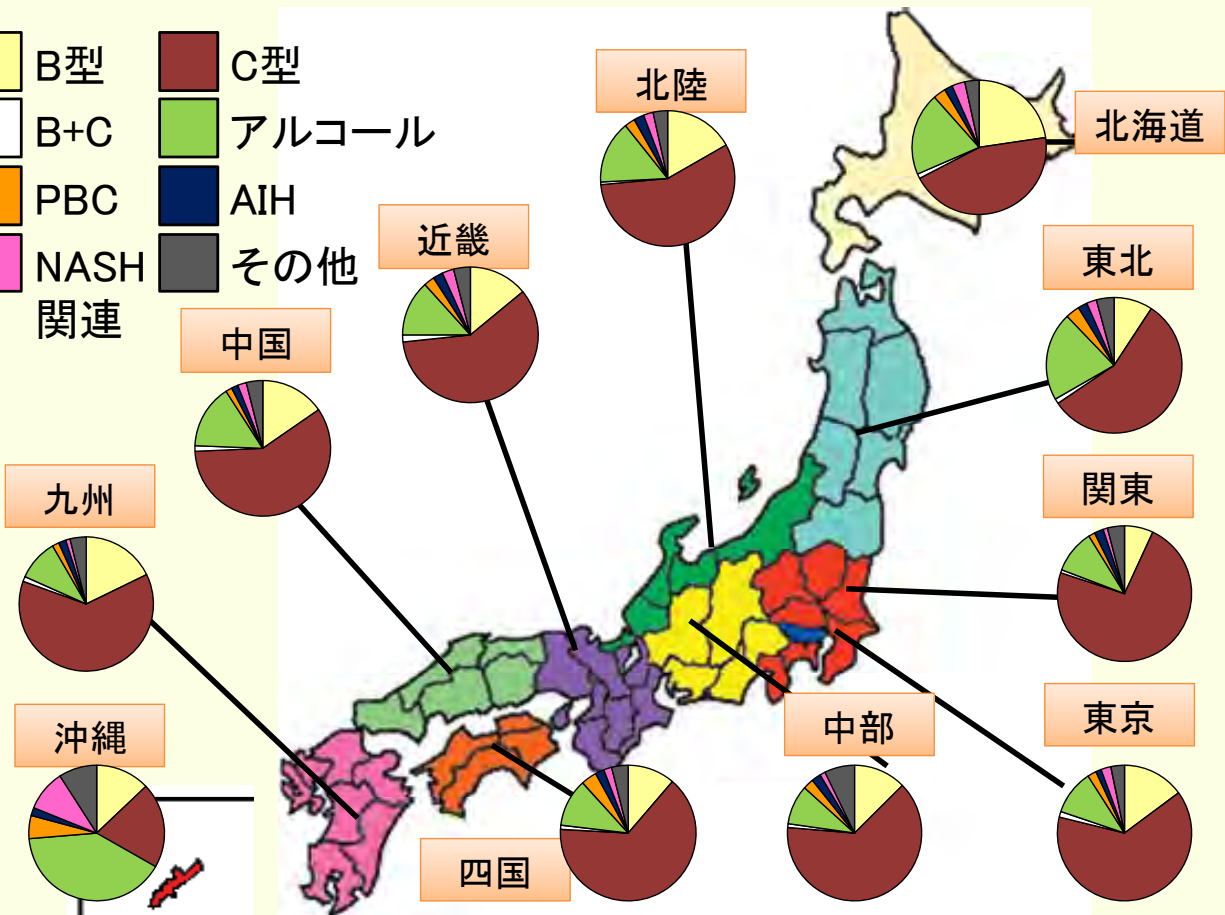
ビール (4-6%)
大ビン1本=660ml 250kcal

ウイスキー (43%)
ダブル1杯=60ml 150kcal

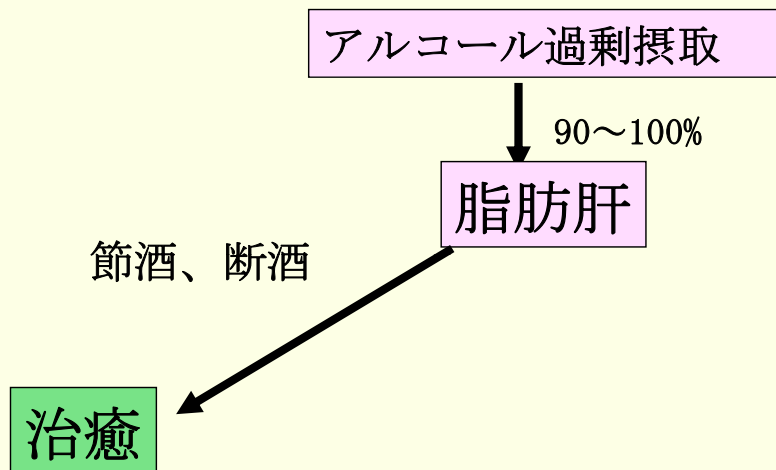


ワイン (10-14%)
ワイングラス2杯=240ml
150kcal

地域別の肝硬変の成因



アルコール性肝疾患の経過



脂肪肝(フォアグラ)の三大原因

- ▶ 食べ過ぎ(肥満)
- ▶ 糖尿病
- ▶ アルコール過飲

脂肪肝の発生頻度

一般人口の 20~30%

肥満例の 60~70%

糖尿病例の 70~80%

大量飲酒者の 90~100%

脂肪肝の症状

これといった症状が無い
「沈黙の臓器」

これが問題

NASH（非アルコール性脂肪性肝炎）や
アルコール性肝炎になると

疲れ易い

右季肋部痛

腹部膨満

などの症状がでることもある

放置すると成人病の宝庫

脳動脈硬化 脳梗塞 痴呆 心筋梗塞 糖尿病