

肝炎ハンドブック



大阪市

はじめに

わが国のウイルス性肝炎の持続感染者は、B型肝炎が110万人、C型肝炎が90万人、130万人存在すると推定されていますが、感染時期が明確でないことや自覚症状がないことが多いため、適切な時期に治療を受ける機会がなく、本人が気づかないうちに肝硬変や肝がんへ移行する感染者が多く存在することが問題となっています。（肝炎とは一厚生労働省（mhlw.go.jp）令和6年8月時点参考）また、大阪府は全国的にも肝がん死亡率が高いといわれています。

平成21年12月4日に肝炎対策基本法が制定されたことを受けて、肝炎対策の更なる推進を図るため肝炎検査後のフォローアップ、肝炎予防対策、肝炎専門医療機関の推進など様々な対策が進められています。

このハンドブックには、市民の皆さんに知っていただきたい肝臓についての情報がありますので、活用ください。

注目!

大阪市骨粗しょう症検診（無料）

対象：18歳以上の大阪市民

各区保健福祉センターにて実施！！

裸足になって
片足を
いれるだけ



骨量のピークは

20歳！！

●お申込み・問合せ

大阪市 骨粗しょう症検診

検索



< I N D E X >

1. 肝臓について知ってみよう	1
2. 肝炎ウイルスについて知ってみよう	3
3. B型肝炎の知識を深めよう	9
4. C型肝炎の知識を深めよう	13
5. 肝硬変とは	16
6. 肝がん（肝細胞がん）とは	17
7. 7月28日は肝炎デー	17
8. 大阪府肝疾患診療連携拠点病院・肝疾患相談支援センター	18
9. 大阪府・大阪市内の医療機関を調べる方法	19
10. 肝炎各種助成制度	20

★大阪市肝炎ウイルス検査が無料で受けられます★

【対象者】

- ① 20 歳以上で大阪市民(大阪市に住民票がある方)
- ② 過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方
- ③ 大阪市肝炎フォローアップ事業に同意する方



大阪市肝炎ウイルス検査

【受検方法】

大阪市肝炎ウイルス検査取扱医療機関(大阪市ホームページに掲載、上記QRコード)に問い合わせのうえ「無料の大阪市肝炎ウイルス検査が受けたい」とお申し出ください。HBs 抗原検査とHCV 抗体検査を血液検査により実施します。

1. 肝臓について知ってみよう

肝臓は人間のからだの中で脳の次に大きな臓器です。成人で約1,000～1,500gあります。肝臓は生命活動を維持するための様々な働きをしています。その働きを支えるのが門脈（静脈）と肝動脈の2本の大きな血管です。門脈は、消化管から送られてくる栄養分などの通り道で、肝動脈は肝臓の機能を働かせる酸素を供給するための血管です。肝臓に流れる血液は成人で1分間に約1,000～1,800mlにもなります。



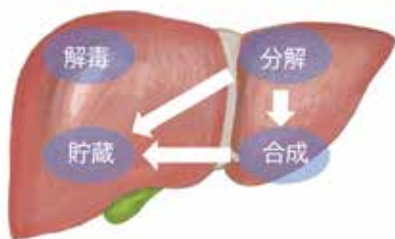
また、肝臓は強い再生能力があり、健常人は手術によって4分の3ほど切除しても、数か月すると元の大きさに戻ります。このように人間の生命活動の維持に重要な役割を担う肝臓は、どんなにダメージを受けても弱音を吐くことなく働き続けることから、別名を「沈黙の臓器」とも呼ばれています。

(1) 肝臓の働き

肝臓の重要な働きは、食べたものから体が必要なものを合成し、不要なものを分解することです。食べたものは、胃や小腸でブドウ糖やアミノ酸、脂肪酸などに分解され、門脈という血管を通して、栄養分として肝臓に運ばれます。そして肝臓に運ばれた栄養分は、肝細胞に取り込まれます。肝細胞に取り込まれた栄養分は体に必要な物質に再合成されます。

たとえば、糖質をグリコーゲンという物質に合成し、一時的に蓄えたり、血液中のアルブミンなどの多くのたんぱく質を作ったりします。そして、そのグリコーゲンを利用して血糖値を維持し、エネルギーとして体の各部分へ血液を通じて供給します。

また、肝臓は脂肪の吸収を助ける胆汁も産生します。さらに体で不要になった老廃物、アルコールや薬の分解や解毒も行います。



(2) アルコールと肝臓

アルコールの飲みすぎにより肝臓に悪い影響を及ぼします。はじめは脂肪肝で、飲みすぎれば誰にでも起こります。飲み続けているとアルコール性肝炎になり、死亡することもあります。さらに飲み続けると肝硬変という最終段階に入ります。ここまで来ると治すことが困難になります。そうならないような飲み方、またアルコール性肝臓病の早期発見が大切です。



2. 肝炎ウイルスについて 知ってみよう

(1) ウイルス性肝炎とは？

ウイルス性肝炎は、A・B・C・D・E型などの肝炎ウイルスの感染によつて起こる肝臓の病気です。A型・E型肝炎ウイルスは主に食べ物を通じて感染し、B型・C型・D型肝炎ウイルスは主に血液を通じて感染します。中でもB型・C型肝炎ウイルスは、感染すると慢性的の肝臓病を引き起こす原因ともなります。E型肝炎は人畜共通感染症であり、ウイルスに汚染された加熱調理が不十分な肉食（豚肉、猪肉、鹿肉）などで感染が成立することから注意が必要です。

(2) 肝炎ウイルスの感染経路と予防

B型肝炎ウイルスは血液や体液、C型肝炎ウイルスは血液を介してのみ感染することから感染力の弱いウイルスであるといえます。従つて、日常生活や社会活動を行う上ではほとんど問題ありません。B型肝炎ウイルスやC型肝炎ウイルスは、主として感染している人の血液が他の人の血液の中に入ることによつて感染します。日常生活の場では、B型肝炎ウイルスやC型肝炎ウイルスに感染することはほとんどないと考えられています。



肝炎ウイルスに感染する可能性のある行為

B型
C型

血液・体液が体内に入る可能性の高い行為



- 傷や穴は絆創膏やガーゼで覆い、接触感染の危険性を減らしましょう。
- 医療器具やかみそり、歯ブラシ、ピアッサーなどを他人と共有することは避けましょう。

家族内・パートナー間などでの濃厚な接触
血液が付着している可能性のある物の共用

「日常生活の場でのウイルス肝炎の伝搬を防止するためのガイドライン」
(厚生労働省) を加工して作成

肝炎ウイルスに感染する可能性の

B型
C型

ない行為

血液・体液が体内に入る可能性の低い行為



清潔な（血液や体液がついてない）場所への接触・共有も大丈夫！

●椅子・ドアノブ・床



●公衆トイレ



●筆記用具



●食器



●シャワー・浴室

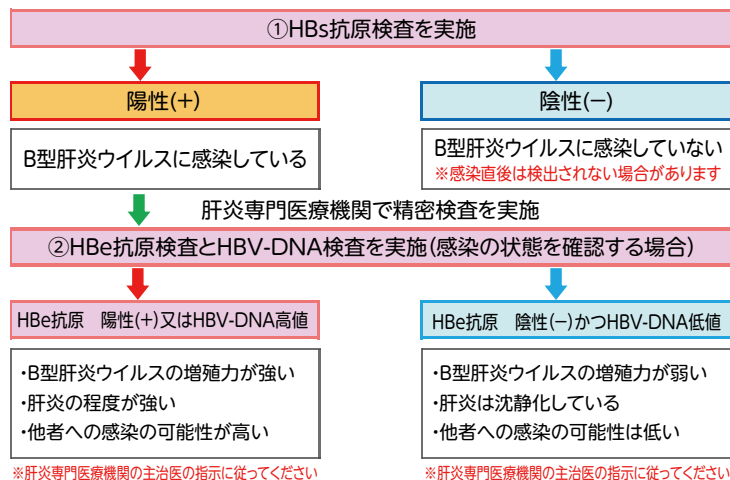


「日常生活の場でのウイルス肝炎の伝搬を防止するためのガイドライン」
(厚生労働省) を加工して作成

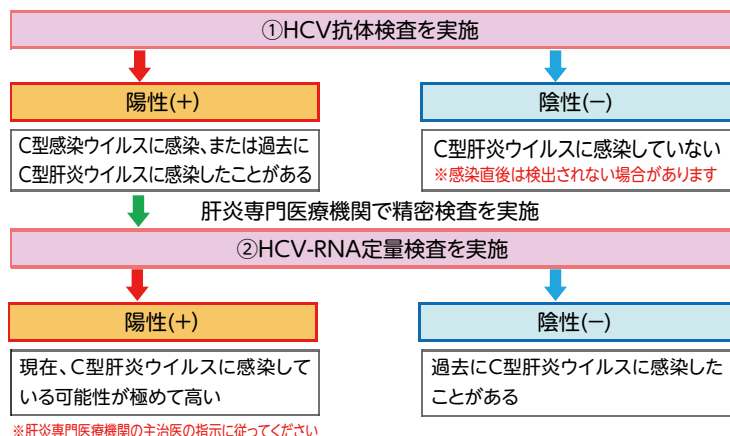
(3)大阪市肝炎ウイルス検査と診断の流れ

20歳以上の大阪市民で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方を対象に、大阪市肝炎ウイルス検査取扱医療機関で無料実施しています。

◆ B型肝炎ウイルス検査

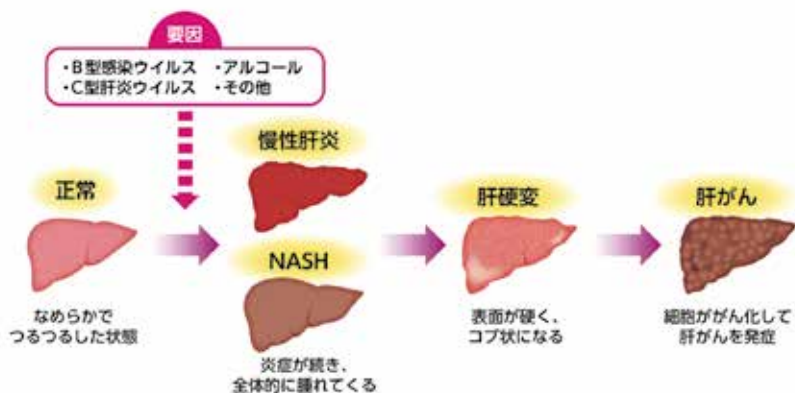


◆ C型肝炎ウイルス検査



(4) 肝炎ウイルス検査が陽性だったら？

慢性化した肝炎は、20年から30年かけて肝硬変や肝がんになっていきます。肝臓はとも我慢強い臓器なので、かなり状態が悪くならないと症状が現れません。現れたら手遅れという場合もあります。B型・C型肝炎ウイルスが陽性と言われたら、定期的に医療機関を受診し、肝炎ウイルスの状態や肝機能を検査してもらうてください。また、肝臓を守るためには禁煙、節酒（断酒）、バランスの良い食事を心がけるなど日常生活の見直しに努めてください。



※NASH：非アルコール性脂肪肝炎

Copyright © National Cancer Center All Rights Reserved

出典：国立研究開発法人国立がん研究センター

(5) 肝機能検査

① 肝細胞の障害を反映する血液検査

細胞内に存在する成分で、肝細胞が破壊されることで、血液中に出ていきます。

AST (GOT)、ALT (GPT)、LDH の検査項目の値が高くなると注意が必要です。

② 胆汁のうっ滞等を反映する血液検査

胆道系の病気（胆石、悪性腫瘍、閉塞性黄疸など）で胆汁のうっ滞があるとALP、 γ -GTP、T-Bil の検査項目の値が高くなります。

③ 肝臓の予備能を反映する血液検査

肝細胞内で合成される重要な成分で、血液中に供給されています。アルブミン、コリンエステラーゼ、総コレステロール、プロトロンビン時間、血小板の検査項目の値が低くなると肝臓の合成能力が低下していることになります。

④ 腫瘍マーカー（血液検査）

・AFP（アルファ・フェト・プロテイン）

肝細胞がんの時に上昇する腫瘍マーカーで、急性肝炎、慢性肝炎や肝硬変でも上昇します。

・PIVKA-II（ピブカ・ツー）

肝細胞がんの特異性の高い腫瘍マーカーで、ビタミンK欠乏の時に上昇するため抗凝固剤（ワーファリン）や抗てんかん剤、抗結核剤などを服用しているときは肝細胞がんでなくても上昇します。

⑤ 超音波（エコー）検査

おなかに超音波の探子（プローブ）を当てて、肝臓の様子をモニターに映し出して観察する検査です。

⑥ CT / MRI

検査台の上に横になり、X線（CT）や磁気（MRI）を出すドーム状の機械の中に入ります。肝臓を数ミリきざみで輪切りにした画像が得られます。

3. B型肝炎の知識を深めよう

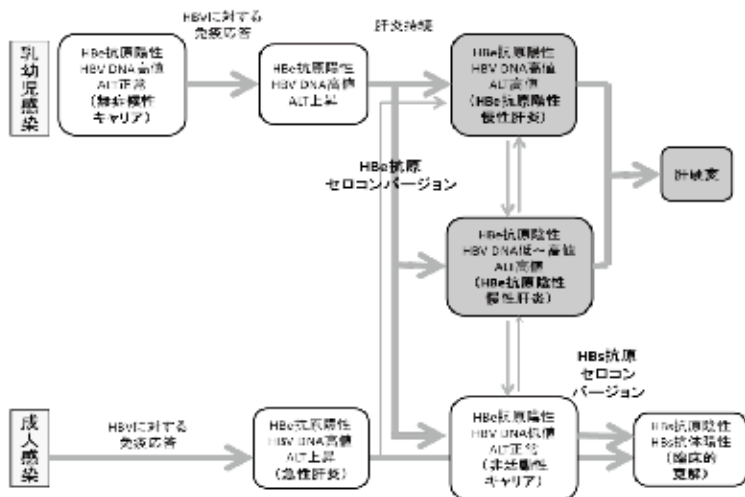
(1) B型肝炎の症状・経過

B型肝炎は、成人がB型肝炎ウイルスに感染したときに、過性に発症する急性肝炎とB型肝炎ウイルスの持続感染者に起きる慢性肝炎の2つに大きく分けられます。B型肝炎は、B型肝炎ウイルスに感染してから1〜6か月の潜伏期間を経て、全身倦怠感、食欲不振、悪心、嘔吐、褐色尿、黄疸などが出現します。黄疸が出現すると尿は濃いウーロン茶の色になり、目の白目の部分が黄色くなり、その後皮膚も黄色みを帯びてきます。一般的にこのような症状は、数週間でおさまり、90%の方が治癒しますが、10%の方はウイルスの種類によつては持続感染者(キャリア)となります。

一方、B型慢性肝炎では、一般に急性肝炎で見られる症状は出現しにくく、自覚症状はほとんどありません。しかし、しばしば「急性増悪」と呼ばれる過性の強い肝障害を起こすことがあります。この際には急性肝炎と同様の症状が現れます。

B型慢性肝炎は母児感染でB型肝炎ウイルスに感染した人などの持続感染者(キャリア)に起こりますが、出産後数年〜十数年間は肝炎を発症せず、B型肝炎ウイルスは排除されずに患者さんの体内で共存しています。ところが思春期を過ぎると自己の免疫力が発達し、生まれたときから体内に存在したB型肝炎ウイルスを病原と認識できるようになり、白血球(リンパ球)がB型肝炎ウイルスを体内から排除しようと攻撃を始めます。この時リンパ球がB型肝炎ウイルスの感染した肝細胞も一緒に壊してしまうので肝炎が起こり始めます。

HBV キャリアは一般に10〜30歳代に一過性に強い肝炎を起こし、B型肝炎ウイルスはHB_e抗原陽性の増殖性の高いウイルスからHB_e抗体陽性の比較のおとなしいウイルスに変化します。HB_e抗体陽性となった後は、多くの場合そのまま生涯強い肝炎を発症しません。このように思春期以降一過性の肝炎を起こした後はそのまま生、肝機能が安定したままの人がおよそ80〜90%、残りの10〜20%の人は慢性肝炎へと移行し、その中から肝硬変、肝がんになる人も出てきます。



出典：日本肝臓学会 B 型肝炎治療ガイドライン第 4 版より

(2) B 型慢性肝炎の治療

肝がんや肝硬変にならないように、B 型肝炎の治療は、B 型肝炎ウイルス量を減らし、AST (GOT)、ALT (GPT) を正常範囲内に維持することが重要です。まずは、B 型肝炎ウイルス持続感染者の自然経過や肝臓病について十分な知識や経験をもつ医師（肝臓専門医）の診察を受けることが大切です。



◆ 抗ウイルス療法

B 型肝炎の抗ウイルス療法は、血中と肝臓の細胞内のウイルス量を減少させる効果がありますが、完全にはウイルスを排除することはできません。抗ウイルス療法には、注射薬のインターフェロン製剤 (IFN) と飲み薬である核酸アナログ製剤を用います。

① インターフェロン製剤 (IFN)

体内に注射して肝炎ウイルスが増えるのをおさえ、免疫の働きを高めます。週 1 回の皮下注射で済むペグインターフェロン (Peg-IFN) があります。

② 核酸アナログ製剤

肝炎ウイルスが肝臓の細胞の中で増えるのを抑える経口薬で、治療でウイルス量が低下し、AST、ALT が正常化します。

(3) B型肝炎ワクチンについて

B型肝炎ワクチンの接種は、B型肝炎ウイルスの予防接種として世界180か国以上で行われており、ワクチンの中でも最も安全なものの一つとされています。

◆水平感染予防としてのワクチン接種 (定期接種)

水平感染防止の手段の一つとして、平成28年10月から小児における定期接種として各市町村で実施されています。

◆B型肝炎ウイルス陽性の母親から生まれた乳児へのワクチン接種 (任意接種)

B型肝炎検査の結果が陽性であった母親から出生した児に対して、原則として感染予防処置を行うこととされています。この接種は健康保険で受けることができます。



B型肝炎ワクチンの接種時期

		乳児期									12か月以上	
		出生直後	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月		9～11か月
B型肝炎 ワクチン	水平感染予防 (定期接種)			①	②					③		
	母子感染予防 (任意接種)	①※	②					③				

■ : 定期接種の推奨期間 □ : 定期接種の可能な期間

■ : 健康保険での接種時期 □ : 任意接種の可能な期間

※生後12時間以内を目安にB型肝炎と抗HBsヒト免疫グロブリンを同時接種

4. C型肝炎の知識を深めよう

(1) C型肝炎の症状・経過

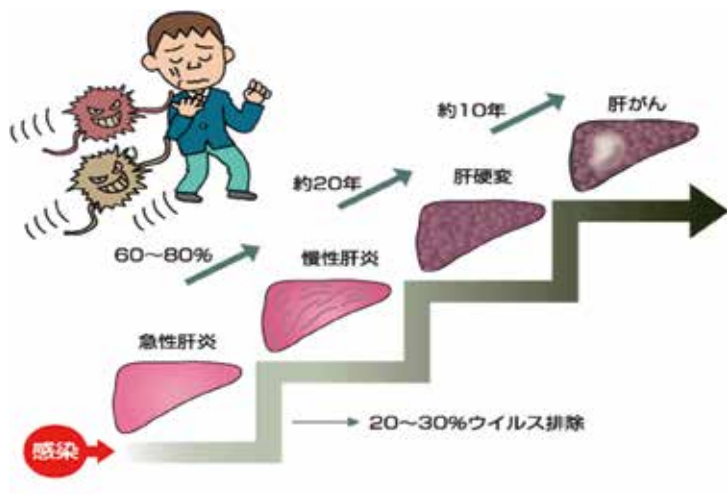
肝臓は「沈黙の臓器」とか「忍耐の臓器」などと言われますが、C型肝炎も慢性肝炎の段階ではほとんどの場合、自覚症状がありません。また、自覚症状と言っても何となく体がだるいとか、疲れやすいとか、食欲がわかないといったあいまいな症状のことが多いのです。肝硬変や肝がんに進行的な症状がない患者さんも多く、また、進むので、特に自覚症状がないから大丈夫だろうと自己判断するのは危険です。慢性肝炎が肝硬変まで進行してしましますと、手掌紅斑と言って手のひらが赤くなつてきたり、黄疸が出現したり、むくみが出やすくなったり、腹水がたまって妊婦さんのようにお腹が膨らんできたり、さらに鼻血など出血しやすくなったり、出血が止まりにくくなったりする症状がみられることがあります。

また、肝がんを合併しても初期は無症状のことが多く、がんが進行すると腹痛や発熱、黄疸がみられるようになります。C型肝炎ウイルスは血液を介して感染し、2〜14週間の潜伏期間を経て急性肝炎を起こすことがあります。肝炎症状を起こすことは比較的稀です。多くは不顕性感染ですが、60〜80%の症例が慢性化すると言われています。慢性肝炎は、約20年の経過で約30〜40%の患者さんが肝硬変に進行し、さらに肝硬変の患者さんにおいて年率約7%の頻度で肝がんが発生すると言われています。また、肝硬変は食道静脈瘤を合併することも多く、静脈瘤が破裂すると致命的なこともあります。肝硬変や肝がんが末期状態に進行すると肝不全状態となり、黄疸や腹水貯留、意識障害が進行していきます。



(3) C型慢性肝炎の治療

C型慢性肝炎は、肝臓病が進んで肝硬変や肝がんになってしまわないように適切な治療が必要です。抗ウイルス療法でウイルスを完全に排除し、肝臓病の進行を止めることが最も大切です。最近では、飲み薬だけの治療「直接作用型抗ウイルス薬治療」を第一選択とすることが原則となっており、副作用が少なく、ほぼウイルスが排除されます。ウイルス排除ができなかったり、抗ウイルス療法が他の病気などの理由で受けられない場合や薬の副作用で中止になった場合は、肝臓の炎症を抑える肝庇護療法かんひりようほうを行うことで肝臓病の進行を遅らせることができます。肝疾患の治療に十分な知識や経験をもつ医師（肝臓専門医）と相談して、最適な治療を受けることが大切です。



(出典:肝炎情報センターホームページ「C型肝炎について」)

◆抗ウイルス療法

以前は、インターフェロンという注射薬で治療がおこなわれていましたが、現在では直接作用型抗ウイルス薬治療が中心となり、インターフェロン治療は行われなくなりました。

直接作用型（経口）抗ウイルス薬（direct-acting antiviral agent : DAA）

C型肝炎ウイルスが肝臓の細胞内で増える過程を直接おさえる飲み薬で、インターフェロンを使わない飲み薬だけの治療です。

◆肝庇護療法 かんびりようほう

直接作用型抗ウイルス薬治療により多くの方ではHCV排除が可能となりました。しかしHCVを排除できない一部の患者さんには、ウルソデオキシコール酸（内服）やグリチルリチン配合剤（注射）により、肝機能を正常に保ち、肝炎の進行を防止する肝庇護療法をおこないます。

どの治療を行うかは、患者さんの年齢、これまでの治療歴、その他の病気の有無や治療薬、C型肝炎ウイルス量（HCV-RNA量）と遺伝子型（ゲノタイプまたはセログループ）やウイルスの変異の有無などによって決まります。

医師と相談し治療を受けましょう。

参考…国立国際医療研究センター 肝炎情報センター
ホームページ・C型肝炎治療ガイドライン

5. 肝硬変とは？

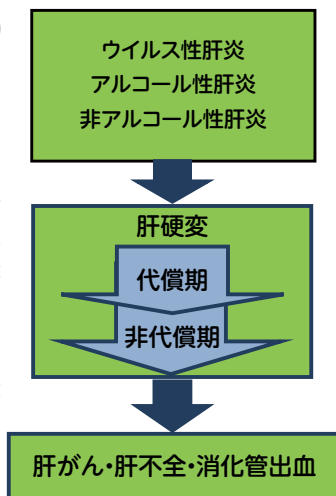
(1) 肝硬変とは

慢性肝炎の状態が長く続くと、肝臓の細胞が壊れ続け肝臓に繊維成分が蓄積し線維化が起こります。線維化して肝臓が硬くなつて正常な機能が果たせなくなった状態が肝硬変です。肝硬変が進行することによって、様々な症状（黄疸、浮腫、腹水、脳症）が出てきます。症状のある肝硬変を非代償性肝硬変と呼び、明らかな症状のない代償性肝硬変と区別します。肝硬変になり、肝臓の機能が悪くなると体に必要なたんぱく質であるアルブミンの産生が低下し、栄養状態が悪くなります。アルブミンが低下すると、むくみや腹水などの合併症が出てきます。肝臓でアンモニアが解毒されないため、睡眠のリズム異常や意識障害が起こってきます。

肝臓が硬くなることで門脈の血液が他の細かい血管にも流れてしまい、食道静脈瘤ができません。その結果、食道静脈瘤が破れると大出血を起こします。

(2) ウイルス性肝硬変の治療

B型・C型肝炎ウイルスによる肝硬変では、抗ウイルス療法により治療することが可能です。B型肝炎では核酸アナログ製剤により、C型肝炎では、ウイルスを排除する直接作用型抗ウイルス薬治療等により、肝臓の炎症をおさえることが重要です。



出典：大阪府健康手帳エル(第 2.1 版)

6. 肝がん(肝細胞がん)とは

肝臓の中に悪性腫瘍が生じた状態で、肝臓から発生したがんを原発性肝がんといい、肝がんの約90%がB型・C型肝炎ウイルスによるものです。

国立がん研究センターがん対策情報センターの統計によると肝がんの罹患率、死亡率は男性の方が高く、女性の約3倍になります。また、罹患数と死亡数と大きな差がなく、これは肝がんの罹患者の生存率が低いことを示しています。

7. 7月28日は肝炎デー

(1) 世界肝炎デー

世界保健機関(WHO)は、2010年にウイルス性肝炎の蔓延防止、感染予防と感染者に対する差別偏見の解消を目的に、B型肝炎ウイルスを発見したノーベル生理学・医学賞受賞のバルーク・サミュエル・ブランバーグ博士の誕生日でもある、7月28日を、

“World Hepatitis Day”(世界肝炎デー)と定めて、肝炎に対する啓発活動を世界中に呼びかけています。

(2) 日本肝炎デー

世界肝炎デーと同日である7月28日を日本肝炎デーと定め、国及び地方公共団体、医療団体や事業主団体等の協力を経て、肝炎の病態や知識、予防、治療に係る正しい理解が進むよう普及啓発を行うとともに、受診勧奨を推進します。

(3) おおさか肝炎デー

肝疾患診療連携拠点病院である大阪公立大学医学部附属病院が、世界／日本肝炎デーの活動に賛同するイベントを開催し、市民・府民の皆さまにウイルス性肝炎を主とした肝臓病についての知識を深めていただけるよう、肝臓の専門医による市民公開講座を開催します。



厚生労働省肝炎総合

対策マスコット

8. 大阪府肝疾患診療連携拠点病院・肝疾患相談支援センター

肝疾患診療連携拠点病院とは以下にあげる活動等を行っています。

- (1) 肝疾患に係る一般的な医療情報の提供
- (2) 都道府県内の医療機関等に関する情報の収集や紹介
- (3) 医療従事者や地域住民を対象とした研修会・講演会の開催や肝疾患に関する相談支援
- (4) 疾患に関する専門医療機関と協議の場の設定

【大阪府内の肝疾患診療連携拠点病院】

○大阪医科薬科大学病院 〒569-8686 高槻市大学町2-7	電話:072-683-1221(代表)
○大阪大学医学部附属病院 〒565-0871 吹田市山田丘2-15	電話:06-6879-5111(代表)
○関西医科大学総合医療センター 〒570-8507 守口市文園町10 番15 号	電話:06-6992-1001(代表)
○大阪公立大学医学部附属病院 〒545-8586 大阪市阿倍野区旭町1-5-7	電話:06-6645-2121(代表)
○近畿大学病院 〒589-8511 大阪狭山市大野東377-2	電話:072-366-0221(代表)

この窓口では、個別の病態や治療に関することについては相談をお受けかねますのでご了承ください。

「国立国際医療研究センター肝炎情報センター」ホームページ

肝疾患診療連携拠点病院(全国)について

<https://www.kanen.ncgm.go.jp/cont/060/hosp.html>

肝疾患相談支援センター(全国)について

<https://www.kanen.ncgm.go.jp/cont/060/center.html>

9. 大阪府・大阪市内の医療機関を調べる方法

◆大阪府・大阪市の肝炎専門医療機関と肝炎協力医療機関

肝炎ウイルスに感染された方の多くは自覚症状のないまま病態が進行するため、感染に気付かず肝がんに移行するリスクが高いために、大阪市では肝炎ウイルス検査取扱い医療機関において肝炎ウイルス検査（無料）を実施しています。また、大阪府では適切な専門の医療を提供できる肝炎専門医療機関と肝炎協力医療機関を指定し、情報提供をしています。

<https://www.pref.osaka.lg.jp/kenkozukuri/kanentaisaku/>



↑大阪府HP
「肝炎対策
について」



10・肝炎各種助成制度

◆高額療養費制度

高額療養費制度とは、1か月の医療費の自己負担額が高額となった場合に、一定の金額（自己負担限度額）を超えた部分が「高額療養費」として支給される制度です。自己負担限度額は年齢（70歳未満と70歳以上）や所得状況で異なります。高額療養費制度に関する申請やご質問等については、現在加入されている健康保険組合、全国健康保険協会、市町村（国民健康保険、後期高齢者医療制度）、国保組合、共済組合までお問い合わせください。

◆肝炎治療医療費助成制度

インターフェロン治療、核酸アナログ製剤治療、及び直接作用型抗ウイルス薬治療（インターフェロンフリー治療）にかかる健康保険の自己負担分のうち、自己負担限度額を超え、高額医療療養費自己負担限度額までの部分が公費で助成されます。

◆初回精密検査・定期検査費用助成制度

大阪府では、市町村・職域・妊婦健康診査・手術前1年以内に行われた肝炎ウイルス検査で陽性であった方の初回精密検査に関連する費用、また、肝炎ウイルスの感染を原因とする慢性肝炎・肝硬変・肝がん（治療後の経過観察含む）の方が、定期的に受ける検査費用の自己負担分の部の助成を行っています。助成の対象となるのは「大阪府肝炎専門医療機関」で受診されているものに限ります。

◆肝がん・重度肝硬変治療研究促進事業制度

肝がん・重度肝硬変の方を対象に、指定医療機関での入院または通院関係医療費を助成する制度があります。

【肝炎各種助成制度の問合せ先】

大阪市中央区大手前二丁目1番22号

大阪府健康医療部健康推進室健康づくり課
生活習慣病がん対策グループ

**今日からつくろう
明日への健康**



肝炎ハンドブック 終