

脂肪肝患者小心慢性腎病

◎大里仁愛醫院副院長 黃挺碩
(長庚醫療財團法人合作聯盟)

焦點話題

全 球約有 25% 成年人有脂肪肝，這也是門診極為常見的疾病，除了運動、體重控制及飲食控制外，目前尚無有效的藥物治療。之前有研究追蹤非酒精性脂肪肝的病人發現，與沒有非酒精性脂肪肝的病人相比，會增加約 40% 的風險得到慢性腎病；如果合併有肝纖維化或肝硬化的話，這個風險會增加到 50%。不過非酒精性脂肪肝的病人發現慢性腎病，未來有多大的機會會進一步惡化到晚期慢性腎病，或是其慢性腎病有沒有機會回到正常，相當值得探討。

為找出答案，長庚醫療體系包括筆者、胃腸肝膽科簡榮南教授、基隆長庚胃腸肝膽科林志郎主任、腎臟科陳永昌教授、基隆長庚內科部吳逸文副部主任攜手合作，追蹤 1,628 位非酒精性脂肪肝病人，發現非酒精性脂肪肝



專長

達文西手術、減重代謝手術、胃癌手術、胰臟手術

病人 5 年平均有 9.3% 的機率從腎功能正常進展到慢性腎病；一旦發現慢性腎病，透過腎臟科醫師的介入治療 5 年，平均有 69% 的機率從慢性腎病回到腎功能正常；但慢性腎病病人 5 年平均也有 17.6% 的機率會從慢性腎病進展到晚期腎病。

研究進一步發現，從腎功能正常進展到慢性腎病的危險因子，包括年紀、肝纖維化的程度、尿酸高、糖化血色素高、代謝症候群跟胰島素阻抗。年紀

大、肝纖維化程度嚴重、尿酸高、血壓高的病人，腎功能越不容易回到正常狀態；年紀越大，越容易從慢性腎病進展到晚期腎病。

越來越多的研究顯示，脂肪肝並不只是一種局限在肝臟的疾病，而是一種系統性的代謝性疾病，除了脂肪肝之外，也會伴隨體內許多代謝異常，例如肥胖、高血糖、高血壓、血脂異常、胰島素阻抗、全身性的發炎疾病等，所以脂肪肝不僅是肝病，也是一種全身性的代謝疾病，而這些代謝性疾病也是心肌梗塞、腦中風、慢性腎病很重要的危險因子。因此 2020 年全球這個領域的專家已經將非酒精性脂肪肝病更名為代謝功能障礙相關性脂肪肝疾病 (Metabolic Associated Fatty Liver Disease, MAFLD)，

其診斷條件也跟以往有很大的差別，特別是喝酒及慢性病毒性肝炎的病人也同時被考慮進去，而肥胖及腰圍過大只要超音波或生化指標顯示有脂肪肝，就會被診斷為 MAFLD。這樣的改變會使未來 5~10 年有越來越多的臨床研究來探討 MAFLD。

長庚醫療體系關懷脂肪肝患者，提醒應保持生活作息規律、睡眠充足、適度運動、避免菸酒及高熱量、高膽固醇飲食，並注意體重控制，將有助於控制脂肪肝病情及延緩腎功能惡化。若是有重度肥胖 (BMI \geq 32.5) 合併代謝性疾病，建議轉診至減重及代謝手術門診做進一步的評估，因為有越來越多的研究顯示，減重及代謝手術不僅可以減重，更可以治療代謝性疾病。✎



▲ 黃挺碩醫師 (左) 與研究團隊中的林志郎醫師 (右) 合照