

非酒精性脂肪肝炎 的中醫治療



◎台北、桃園長庚中醫內兒科主治醫師 江昆壕



專長

非酒精性脂肪肝病、高血
脂、糖尿病、肥胖症、過
敏性疾病

59 歲陳先生沒有經常飲酒的習慣，2012 年被診斷出患有中度脂肪肝及肝指數過高 (ALT：63，AST：37)，多年來持續追蹤脂肪肝與肝指數。2023 年 7 月 ALT 與 AST 分別上升至 140 與 52，至本院中醫門診就醫，期望改善肝功能及肝炎。經過中醫藥治療，2023 年 10 月抽血，ALT：103，AST：46。2024 年 2 月抽血追蹤，ALT：72。目前在本院中醫內科門診定期回診，持續使用中藥改善脂肪肝。

脂肪肝是現今普遍的疾病，隨著肥胖變得越來越多，為經濟發展後最常見的慢性肝病。脂肪肝為脂肪堆積在肝臟，無法代謝的疾病。酒精過度攝取會導致肝臟問題。要診斷出非酒精性脂肪肝病，必須先排除病人是否有大量飲酒史或感染性肝臟疾病 (例如：B、C 型肝炎)。

非酒精性脂肪肝炎是一種引起肝臟發炎、脂肪和疤痕組織堆積的疾病。非酒精性脂肪肝炎是發生在那些很少喝酒或不喝酒的人身上，目前發病的確切病因並不清楚。非酒精性脂肪肝炎在糖尿病、肥胖和胰島素抗性的人中更為常見，這種疾病被稱為「代謝症候群」。超過 70% 的非酒精性脂肪肝炎患者患有肥胖症，高達 75% 的非酒精性脂

肪肝炎患者患有第 2 型糖尿病，約 20~80% 的非酒精性脂肪肝炎患者患有高血脂症（三酸甘油酯和 / 或膽固醇過高）。

非酒精性脂肪肝炎不會引起任何症狀，很多人若無做超音波與抽血檢查，就不清楚自己是否患有非酒精性脂肪肝炎，非酒精性脂肪肝炎在女性中比在男性中更常見。

但是對於某些非酒精性脂肪肝炎病人來說，它的病況會隨著時間的推移會變得更糟，最嚴重的併發症是肝硬化，即肝臟出現嚴重疤痕。肝硬化並不總是會引起症狀，但當症狀出現時，可能包括腿腳水腫、呼吸困難。患有糖尿病的老年人罹患肝硬化的風險可能增加。

非酒精性脂肪肝炎患者通常患有代謝症候群（胰島素抗性、肥胖和高血脂），代謝症候群會增加罹患心臟病的風險。令人振奮的是，非酒精性脂肪肝炎的治療（特別是減肥），也有助於治療代謝症候群的其他問題。

非酒精性脂肪肝炎的治療目

的在於控制與非酒精性脂肪肝炎相關的疾病，例如：肥胖、糖尿病和高血脂症。減肥有助於降低肝指數和血清胰島素濃度，並可以改善生活品質。體重減輕應該是漸進的（例如每週 0.5 至 1.0 公斤），因為太快速體重減輕與肝病惡化有關。患有非酒精性脂肪肝炎、早期肝硬化和肥胖症的人接受減肥手術後，肝臟疾病通常會得到改善。

非酒精性脂肪肝炎在中醫古籍中無確切的病名，據其臨床表現，可歸屬於「肝癖」範疇，是因嗜食肥甘厚味，勞逸失度，情志失調等，導致肝失疏泄、脾失健運，痰濕瘀互結，壅滯肝絡，體內肥濁之氣過多地蓄積於肝臟所引起的病證，常見的辨證分型有：濕濁內停、濕熱蘊結、痰瘀互結。控制與非酒精性脂肪肝炎相關的疾病（如：肥胖、糖尿病和高血脂症），同時搭配使用中醫藥，可以有效幫助非酒精性脂肪肝炎病人改善肝臟發炎的情況。

