

# AFTERNOON TEA

埼玉医科大学医学部生理学

田丸 文信

## 「血液検査の快感~ $\gamma$ GTP 値でたどる思い出の酒~」

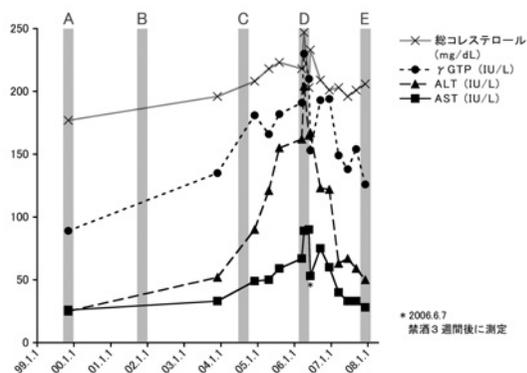
生理研の柴崎君から紹介されました田丸文信(35歳)です。他の職種でもそうですが、35歳というのは1つの節目であり、研究職においては助成金の若手年齢制限に引っかかってくる歳でもあります。研究者としてまだまだ足りない所だらけなのに、もう若手とは言えない歳になってしまったのだと思うと焦りばかりが募ります。また、これまで以上に健康管理にも気を付けなければならない歳になったとも感じており、昨年から定期的に血液検査をしています。といっても、きっかけは職場の健康診断で異常値が出たからであって、もしそのようなことがなかったら、きっと自ら進んでするようなことはなかったと思います。

昨年の健康診断で尿糖陽性(2+)となり、糖尿病かもしれないという不安を抱えながら職場の附属病院を受診しました。再検査の結果、尿やHbA1cには異常がなかったのですが、 $\gamma$ GTP、ALT、AST、総コレステロールに標準値以上を示すHマークが付いていました。これでは、ただの飲み過ぎの中年メタボオヤジが間違っただけで糖尿検査を受けに来たみたいですが、今度は肝炎かもしれないとこのことで一応ウイルス検査などもしましたが全て陰性。さらに腹部エコーも撮ってもらった結果、最終的には脂肪肝という診断になっていました(ちなみに尿糖はそれ以来、出ていません)。自分でもここ数年の生活を考えると脂肪肝になっていてもおかしくはないと思っていたので、最初は「ハアそうですか」と適当に受け流していましたが、周囲の「このままだと肝硬変になって、肝臓癌にもなるよ!」との脅し忠告により、定期的に血液検査をしながら経過をみていくことにしました。

これまでの結果をプロットしたものが下のグラフになります。再検査のため職場で受診をしたのがD( $\gamma$ GTP=230)の時、ALTなどはまさに昇り龍のように急上昇しています(2006年以前のデータは献血をした後に送られてくる生化学検査成績記録を参照しました)。Dの時期までのプロットを使って、Origin Pro 7.5 (Origin Lab, Northampton, MA, USA)で適当な関数を用いてfitting curveを描くと、 $\gamma$ GTP値(グラフの●)は2008年1月には488に上昇、2010年には1490、さらに2015年には25500になるという結果が出ました(おそろしい!)

このグラフの最初の頃(グラフのA)、大学院博士課程の時に、ほぼ毎週のように一緒に飲んでいた友人がいました。彼も僕も日本酒党で意気投合し、その時に少ない小遣いでよく買っていたのが『霧筑波 特別純米(茨城県つくば市 浦里酒造)』です。飲みやすくて1升2500円ほどでしたので、何かあるたびに理由をつけてお祝いと称し二人で飲んでいました( $\gamma$ GTP=85)。

2001年4月に埼玉医科大学生理学教室に就職



・グラフ 「過去9年間の血液検査の結果」

し、同年の秋、この AFTERNOON TEA の紹介者である柴崎君と出会いました。彼とは毎週2~3回は一緒に飲んでいたように思います。当時、研究室の立ち上げ時期でもあり実験セットがなかなか出来上がらないでイライラしている時、恋愛で悩んでいる時、ペットのフトアゴヒゲトカゲが脱腸になって困った時などトラブルがあるたびに彼は駆けつけてくれ、一杯やりながら励ましてくれました。また、炭水化物が大好きな彼は、これから飲もうという時でさえチャーハンや焼きそばを食べるのです。つられて僕も一緒になって食べていたので、1年後にはお互い体重が激増していました。その頃に飲んでいた日本酒で忘れられないのが『黒牛 純米吟醸 (和歌山県海南市 名手酒造)』です。とても上品な香りでかなりのお気に入りでしたが、3600円とやや高めなのが残念でした。このころがグラフのB( $\gamma$ GTP=110)です。ちなみに、上で書いた2人は今でもかけがえのない親友です。

妻と知り合ったのがグラフのC( $\gamma$ GTP=170)です。この原稿を書いていてわかったことなのですが、明らかにCの時期から急上昇しています(これこそ責任転「嫁」?)。今では娘のお酌でほどほどに(?)嗜む程度になりました(写真)。といっても、宴会などになるとつい飲みすぎてしまいますが…。最近のお気に入りには『醴泉 純米吟醸・生(別名 酒無垢; 岐阜県養老郡 玉泉堂酒造)』です。2600円というお手頃価格にもかかわらず深い旨みがあります。酒無垢は季節ものなので12~2月頃に出回りますが、生じゃなくてもうまいです。個人的な好みもあると思いますが、コストパフォーマンスでいえば、この醴泉シリーズは最高クラスだと思っています。小遣いの少ない僕にとっては涙が出るくらい嬉しいお酒です。



・写真 「娘のお酌だと発泡酒も極上ビールの味になります (越生梅林にて)」

現在では、 $\gamma$ GTPはピークの約半分、ALTに至ってはピークの1/4にまで減り、ASTは標準範囲内にまで減少(グラフのE)しました!でも、実際は飲酒量を大きく減らしたわけではありません。昨年からは、数年ぶりにサッカーチームに入ってもらい毎週末に2、3時間ボールを蹴っていること、そしてガソリン高から電車通勤に変えたことが大きく効いているようです。主治医からは「ここまで下がってくればもう来なくてもいいよ」と言われましたが、自分の体が健康になっていく様子を見られる快感はまだやめられそうにありません。実際、自分の血液成分の変動を定期的に見ることは酒量や体重を減らすための動機づけになり、また期待したような結果が出た時の達成感からもっと頑張ろうという気になります。

「今日のデータで酒がうまい」。これからもそんな毎日を過ごせるように、体調管理をしながら日々の研究に専念し、たまに血を抜きにいこうと思っています(機会があれば10年後、part 2に続きます)。