

2009.8.6

繰り返す下痢・腹痛でお悩みではありませんか？



徳島大学大学院
ヘルスバイオサイエンス研究部
消化器内科学
教授 高山 哲治

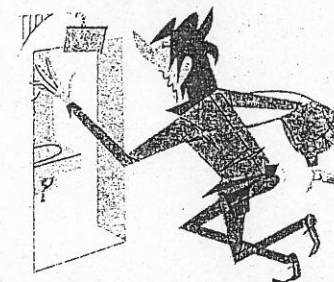
過敏性腸症候群(Irritable Bowel Syndrome; IBS)は、腹部の痛み・不快感を伴う下痢や便秘を主症状とし、日常診療で最も良く遭遇する疾患です。IBSは、その名の通り、ストレスによって発症し腸が過敏に反応して便通異常を起こすものであり、がんなどの器質的な疾患は認められません。みなさんも、大事な会議や試験の前、あるいは通勤や通学途中などに急におなかが痛くなったり、おなかの不快感のためにトイレに駆け込んだことはないでしょうか。このような状態が長期間にわたって続くのがIBSです。軽症も含めると、IBS患者は人口の10～20%とされ、男性より女性に多い。IBSの症状として、男性は下痢型が多く、女性は便秘型や、便秘と下痢を繰り返す混合型になることが多いことがわかっています。IBS患者では、おなかの症状以外にも全身症状や不眠などのさまざまな症状をともいます。全身症状としては、不眠、不安感、抑うつなどの精神症状、食欲不振、嘔気などの消化器症状、その他に頭痛、疲れやすい、肩こりなどがあります。

この病気は、10～40代の若い人に多く見られますが、最近では中高年層にも少なからずみられます。但し、IBSはあくまでも器質的な疾患がないことが前提になりますので、便に血が混ざる、体重が減る、などの症状を認めた場合、とくに50歳以上の人では、近くの病院を受診して、まず大腸がんなどの器質的な疾患がないかどうかを調べて下さい。

IBSには良い薬がないとされていましたが、最近男性に多い下痢型のIBSにセロトニンという神経伝達物質をブロックするセロトニン3受容体拮抗薬が開発されました。この薬剤は、腸の過敏な反応や動きを抑える薬であり、副作用も少ないことが報告されています。我が国では、厚生労働省が臨床試験の結果を踏まえ、現在のところ男性にのみにこの薬剤の投与を認可しています。一方、女性に多い便秘型には残念ながらまだ良く効く薬剤は開発されておられません。現状では、ストレスを減らすように工夫する、食物繊維の多い食事をとる、適度に運動する、などが推奨されています。



緊張を強いられる時(会議や試験など)
におなかの調子が悪くなる。



下痢・軟便が1日2～3回以上起こる。または、
排便回数が減少したり、便が出にくかったりする。