

過敏性腸症候群 (Irritable Bowel Syndrome)

今回は、現代のストレス社会では急増している病気のひとつである過敏性腸症候群 (IBS) をご紹介します。

腸は第2の脳といわれるように、腸と脳には密接な関係があります。

脳が不安やストレス (必ずしも自覚できるとは限りません) を感じると、その信号が腸に伝わって腸の運動に影響を与えることがわかっています。

「IBS」の患者さんは、この信号が伝わりやすくなっているため、腸が過剰反応を起こしてしまいます。そのため、過敏性腸症候群といわれています。

IBS は消化器の機能障害で、主な症状として下腹部の痛み、膨満感やガス、便秘、下痢があります。ただ、問診、症状だけでは構造上からくる機能障害なのか、機能障害だけなのか分からないことが多いので、構造異常を調べる検査 (内視鏡、レントゲン、血液検査等) をすることがあります。

IBS では構造上の異常はみられません。

原因

IBS の原因ははっきりしていません。

感情的要素 (ストレス、不安、うつ病、怖れなど)、食事、薬、ホルモン、ささいな刺激がきっかけになって IBS の発作が生じたり、悪化したりすることがあります。カロリーの高いお食事や、脂肪分が高いものを摂取したことがきっかけとなる場合もあります。食事の頻度、食べるスピード、食べるタイミングが引き金となることもあります。いつも症状がでるとも限らず、大丈夫なときもあれば、だめなときもあります。

症状

女性の受診率が多いのですが、実際は IBS の症状を煩っている 10-40 代の男性を多くお見受けします。

発作はほとんど常に目覚めているときに起こり、寝ている人が発作で目覚めることはまれです。(痛くて眠れない事はあっても、睡眠中に発作が起きるという事は通常ありません)

症状として排便することで緩和する腹痛、排便の頻度 (便秘や下痢など) や粘度の変化、腹部膨満、便に粘液が混じる状態、排便後の残便感などがみられま

す。痛みは持続性の鈍痛あるいはけいれん発作として現れ、通常は下腹部に起こります。腹部膨満、ガス、吐き気、頭痛、疲労感、抑うつ、不安感、集中力の欠如などもみられます。

便秘が主訴の場合もあれば、下痢が主訴の場合もあります。それに便秘のため、下剤を使用することにより、便秘と下痢を繰り返す混合性のタイプもあります。

最初は、ストレスが原因で機能障害だけのかたも、悪化して構造上の問題を引き起こすこともあります。“いつものことだから”と思わず、上記の症状にお心当たりのあるかたは、かかりつけの医師・薬剤師にご相談なさってください。