

## 過敏性腸症候群

過敏性腸症候群とは、胃腸の運動障害と知覚過敏により腹痛や便秘あるいは下痢が慢性的に起こる状態です。胃腸の動き方や感覚の問題ですから、X線検査や内視鏡検査等の画像診断では異常を認めません。

### 過敏性腸症候群の原因はなんですか？

胃腸の運動障害のため胃腸の内容物を適切に移動することができなくなり、下痢や便秘が起こります。また内臓の知覚が過敏になっているため、軽度の刺激でさえ腹痛が起こってしまいます。これらの異常の背景には、ストレスが大きく関わっていると考えられています。

### 過敏性腸症候群の診断にはどのような検査が必要でしょうか？

下痢や便秘に伴って腹痛を起こす病気はたくさんあります。血液検査、便検査、や大腸内視鏡検査等により様々な病気を鑑別していきます。若い人では、特にクローン病や潰瘍性大腸炎、中高年以降の人では特に大腸癌を念頭に置いて検査を行う必要があります。各種検査で異常なく、腹痛や便秘あるいは下痢が慢性的に起こる場合に過敏性腸症候群と診断されます。

内視鏡検査ではほとんど異常がないのに、大腸の組織検査で初めて診断される慢性の下痢を起こすコラーゲン性大腸炎が最近増加しています。過敏性腸症候群の診断に当たってわれわれは特に注意しています。

### どのようなことに注意すればいいでしょうか？

胃腸が色々な刺激に対して敏感になっています。ストレス、食事、薬などの刺激が胃腸の運動異常の原因となります。この原因は人により様々ですが、これらの刺激が過大とならないように注意して生活する必要があります。他の病気のために服用している薬により腹痛と便通の異常を起こすことがあるので常用薬にも注意を払う必要があります。早く食べたり、食べ過ぎたりすると下痢症状が悪化するので、食習慣に注意する必要があります。また便秘をしやすい人は、積極的に体を動かし、運動習慣をつけることにより胃腸の運動機能の改善が期待できます。このようなことに注意しても症状が改善しない場合は、薬物療法を行っています。