

# 過敏性腸症候群

過敏性腸症候群は、器質的な病気がないのに慢性的な下痢や便秘、ガス過多などの症状が現れる病気で、ストレスが原因と考えられています。

症状は主に便通異常ですがその現れ方によって、不安定型・慢性下痢型・分泌型に分けられます。

**不安定型**：腹痛、腹部の不快感があり、下痢が数日続いたと思えば、今度は便秘が数日間持続するといった状態を繰り返します。交代性便通異常とも呼ばれ、この型の便秘は別名『けいれん性便秘』と呼び、おなかが張って苦しく、トイレに行きたいが出ないという厄介な便秘です。また、出るときはウサギの糞のようなコロコロした小さな便の出るのが特徴です。

**慢性下痢型**：ちょっと神経を使ってもすぐトイレに行きたくなり、軟便や水様便になるので神経性下痢とも呼ばれます。下痢は長期間にわたって起こりやすく、いつど

こで便意を催すかもわからないので、乗り物に不安で乗れなかったり、外出中でも数回トイレに行かなければならないという人がいます。一方でリラックスしているときは排便も正常に戻っていることが多く、栄養状態は良好でやせてこないことが特徴です。

**分泌型**：強い腹痛に続いて大量の粘液を出すもので、粘液痙痛せんじつうとも呼ばれます。

## ●その原因は？

胃腸の動きは自律神経（交感神経・副交感神経）のバランスの上になりたっています。精神的なストレスが原因となつて副交感神経が刺激され、腸の運動が過度に高まって、はげしい腹痛や下痢が繰り返して起こるようになるものと考えられています。

神経質・デリケート・内向的といった性格の人、精神的に不安定な人によく見られます。家庭や職場での人間関係のストレス、転居

や転職による環境の変化、過労や暴飲暴食などが引き金になる場合が多いようです。

## ●診断および治療

器質的な他の疾患（腫瘍や炎症性腸疾患など）の除外診断をすることが必要になります。また、こうした病気にかかりやすい性格かどうかを調べる検査も参考になります。

過敏性腸症候群の治療の中で最も大切なのは精神的療法です。なぜならば、この過敏性腸症候群の原因は深く内面に潜んでおり、あ

らわれないことが多いので、その原因を探り出して取り除くようにしないと、なかなか治りにくいです。

精神的、肉体的な過労を避けること、とくに精神面の安静をはかることが大切です。食生活を含めた日常生活を改善したりすることも重要です。また、下痢・便秘あるいは精神的因子に対する対症療法的な薬を用いて、症状をおさえる治療も行われています。

（医師会）

5 (日)	釜口(外科)医院 天竜町3 ☎22-2089	ファミリー薬局 天竜町3 ☎24-1801
12 (日)	堀江内科医院 加茂町3 ☎23-4840	小坂薬局 田中町1 ☎22-8069
19 (日)	野村ウィメンズクリニック 中央町3 ☎24-1103	川岸薬局 川岸中2 ☎24-3103
20 (月)	林産婦人科医院 神明町3 ☎23-6110	高市薬局 川岸上3 ☎22-0781
23 (木)	倉田(耳鼻咽喉科)医院 赤羽1 ☎23-7301	一二三堂薬局 幸町2 ☎22-2915
26 (日)	サツマ外科医院 本町3 ☎22-5180	湖北堂薬局 本町1 ☎22-2325