

健やかナビ

第50回

過敏性腸症候群（IBS）は、腸にあきらかな異常が認められないのに、週に1回以上の腹痛を伴う便秘や下痢などの便通異常が最近3カ月のあいだ続くと疑われる病気です。IBSは高齢者よりも40歳以下の若年者に多く、日本人の約1割に認められ、消化器科を受診する人の3分の1を占めるほど、比較的多くみられます。

原因はまだよくわかっていませんが、ストレスや不安などによって痛みを感じやすくなることや腸内細菌のバランスの乱れが成因として考えられています。最近では細菌やウイルスによる感染性腸炎の回復後に起こりやすいともいわれています。

改善には、まず3食を規則的に摂る、腸内細菌のバランスを整える、暴飲暴食をしない、睡眠や休養を十分にとるなど食事や生活習慣の見直しを勧められます。それでも腹痛や便通異常が繰り返し続き、日常生活に支障をきたす場合は、便の量や固さ、また腸の運動を整える薬を症状に応じて服用します。

IBSは命に直接かわる病気ではありませんが、似たような症状を示す大腸がんや潰瘍性大腸炎、クローン病などの重篤な疾患が隠れていることがあります。単なるお腹の不調と自己判断をせず、それらの病気ではないことを確かめるためにも、一度消化器科を受診しましょう。

その腹痛と便通異常は、**過敏性腸症候群**かもしれない



タカちゃん タカちゃんパパ タカちゃんママ

50
おかげさまで
Memorial
健やかナビ

監修 東京都済生会中央病院消化器内科部長

中澤 敦



バックナンバーをホームページにて紹介中!

高田製薬

高田製薬株式会社

〒336-8666 埼玉県さいたま市南区沼影1丁目11-1

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。