

過敏性腸症候群（IBS）とは

過敏性腸症候群（Irritable Bowel Syndrome; IBS）は、腸の検査や血液検査で明らかな異常が認められないにもかかわらず、腹痛や腹部の不快感を伴って、**便秘**や**下痢**が長く続く病気です。



日本人のおよそ7人に1人がIBSに当てはまると推定されており、比較的若い年代に多くみられる傾向があります。



IBS は4つのパターンに分類されます。

下痢型： 「泥状便・水様便」が多い

便秘型： 「硬い便・コロコロ便」が多い

混合型： 下痢型と便秘型の混在

その他： どれにも当てはまらない

非常に遅い
(約 100 時間)

消化管の
通過時間

非常に早い
(約 10 時間)

1	コロコロ便		硬くてコロコロの 糞状の便
2	硬い便		ソーセージ状であるが 硬い便
3	やや硬い便		表面にひび割れのある ソーセージ状の便
4	普通便		表面がなめらかで柔らかい ソーセージ状、あるいは 蛇のようなとぐろを巻く便
5	やや軟らかい便		はっきりとしたしわのある 柔らかい半分固形の便
6	泥状便		境界がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の 小片便 泥状の便
7	水様便		水様で、固形物を含まない 液体状の便

ブリストルスケール

下痢型 IBS

突如として起こる下痢が特徴です。突然おそってくる便意が心配で、通勤や通学、外出が困難になります。また、そうした不安が、さらに病状を悪化させます。



＊＊ 下痢型 IBSの症状は以下の通りです。

おなかの症状

腹痛

下痢

ガス症状

おなかが張る感じ

残便感

おなかがなにか
気持ち悪い

おなかが
ゴロゴロ鳴る

その他の症状

精神
症状

不眠、不安感、抑うつなど

全身性
症状

頭痛、頭重感、疲れやすさ、
めまい感、背部痛、肩こりなど

消化器
症状

吐き気、嘔吐、食欲不振など

便秘型 IBS

腸管がけいれんを起こして便が停滞します。水分をうばわれた便はウサギの糞のようにコロコロになり、排便が困難になります。



**** 便秘型 IBS の症状は以下の通りです。**

お腹の症状

腹痛

便秘

お腹が張る感じ

残便感

お腹が何か気持ち悪い

そのほかの症状

精神症状

不眠、不安感、抑うつなど

全身症状

頭痛、疲れやすさ、背部痛

消化器症状

吐き気、嘔吐、食欲不振

混合型 IBS

下痢型と便秘型を交互に繰り返します。



- 診断に際しては、似たような症状を示す他の病気（腸のポリープやがん、憩室、潰瘍性大腸炎、クローン病など）がないことを検査で確認する必要があります。



- 治療は、薬による治療に加え、生活指導、食事療法、心理療法を組み合わせで行います。

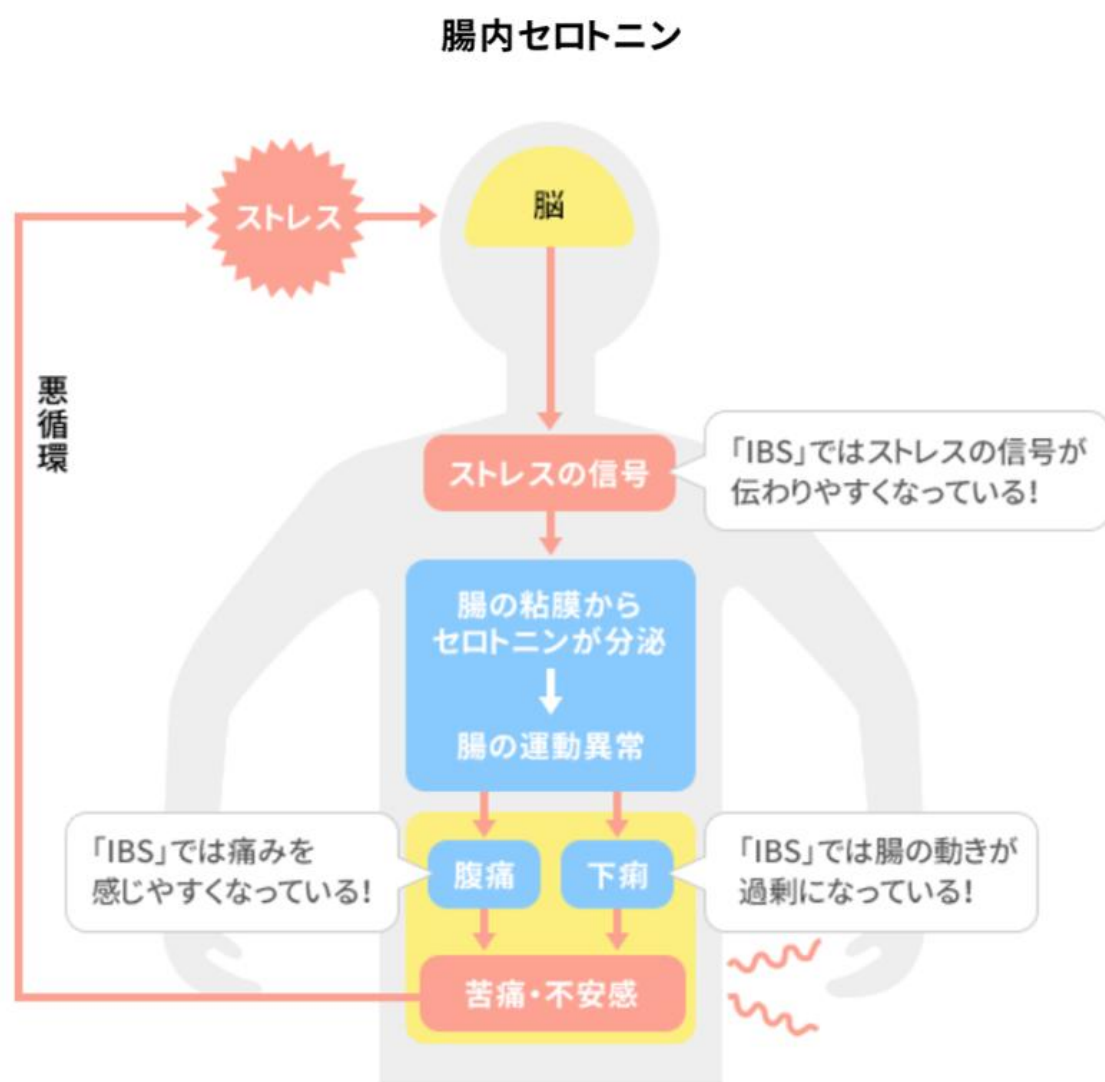


- * * 当クリニックでは、過敏性腸症候群（IBS）の診断・治療を積極的に行っておりますので、ぜひ一度ご相談ください。



----- 補 足 -----

胃腸は「第二の脳」といわれるくらい、精神的なストレスと関係が深く、過敏性腸症候群（IBS）は代表的なストレス疾患のひとつです。



出典：アステラス製薬 IBS ネット

腸と脳は神経によってつながっていて、脳が

不安やストレスを感じると、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。



ストレスを感じると、腸では「セロトニン」という神経伝達物質が腸の粘膜から分泌されます。体内のセロトニンのうち、脳などの中枢神経に存在しているのはわずか1~2%程度で、残りの約90%は腸内に存在しています。セロトニンが「セロトニン受容体」と結合すると、腸の蠕動（ぜん

どう) 運動が異常をきたし、下痢や便秘を引き起こします。

