

『黒い便は、食道・胃・十二指腸からの出血だ』ということをご存知でしたか？ 第1号

下血とは、胃、腸や肛門の病気により出血した血液が、便と混ざって出てくることです。下血は、出血の場所や病気の種類により、鮮血だったり黒くドロツとしたものだったりさまざまです。

早くかつ正確な診断を求めるために、下血の期間、便の色や状態などを専門医に正しく伝えることが大切です。

下血とは、血液が肛門より排出されることですが、**真っ赤な鮮血の出血**と**赤黒い色**をした出血の場合があります。直腸を含む大腸や、痔からの出血の頻度が高いのですが、小腸、まれに食道、胃や十二指腸(上部消化管)に出血源がある場合もあります。でも一般に、色が鮮やかであるほど肛門に近い部位よりの出血と考えられます。



胃や十二指腸からの出血の場合、(コールタールのような色のために)**タール便**と呼ばれる黒くドロツとした便を認めることが多いようです。血液そのものは、胃や腸では消化も吸収もほとんどされませんから、鼻血や口の中の出血でも飲み込んでしまえば起こりえます。出血量が多くなると、下痢便のように排便が我慢できなくなります。また、下血は急性に認められる場合と、慢性、つまり毎日のように長い期間認められる場合とがあります。

もし、下血がみられたら、まずは食事をしないで来院して下さい。迷わずすぐに**胃カメラ(内視鏡検査)**を受けましょう。

今年、1年間に当院では約30名の上部消化管出血の患者様が検査を受けられ、一部は外来のまますべて治療されました。通常は、治療後入院が必要です。

(黒い便の例外) イカ墨の入った食べ物を食べた後の便、鉄剤服用中の便、ワインを飲んだ後の便、一部の抗生物質・下痢止めなどを服用した後の便
ただし、のりや黒ゴマをたくさん食べても、黒い便は出ません。

(消化器病学会の健康ニュース 2002年NO17から一部改変)

大分三愛メディカルセンター

内視鏡センター

那須 眞示

=====今後不定期で消化器の情報をお知らせしていきます。=====

お腹がゴロゴロしませんか？～過敏性腸症候群（IBS*）～第2号

過敏性腸症候群（IBS）とは、腹痛や腹部不快感とともに便秘や下痢が続く疾患で、最大の要因はストレスといわれます。検査をしても異常はなく、死に至る病ではありませんが、社会生活に著しく支障をきたすため適切なケアが必要です。生活や食事のコントロール、薬物療法（整腸剤、漢方薬、安定剤など）、心理療法により改善を図ります。

◆どんな病気？

過敏性腸症候群は、英語の病名から略してIBSと呼びます。ここでは、過敏性腸Sという言葉で説明しましょう。過敏性腸Sは、症状は下痢・便秘が関連した腹痛・腹部不快感が慢性に続く病気です。欧米などストレス社会の先進国に多く、一種の文明病と考えられています。過敏性腸Sは生活の質を悪くして、学業や就業に大きな支障をきたすことから、最近、重要視されています。

◆ストレスが原因？

過敏性腸Sの症状のきっかけとなり、症状を悪化させる要因として、大きく2種類に分けられます。第1は、人生の節目にあたる大きな出来事で、肉親の死亡、家族構成の変化、転職、大学受験などのほか、地震などの大災害や虐待などによる場合も原因となることがあります。第2は、日常のいらいらで、家庭や職場での人間関係が悪く、気持ちが休まらない状態や、人前での発表、試験などの緊張した場面も引き金になります。朝食後、登校や出勤の時刻に追われ、ゆっくりと排便する余裕がなく、すぐに排便やおならができない状況などもストレスといえます。

また最近では、嘔吐・下痢症のような感染性胃腸炎によって体調を崩したあとに、腸の過敏な状態が残って下痢しやすい体質になることも言われています。

◆どんな検査が必要？

多くの場合、まず便潜血検査、検尿、血液検査、大腸バリウム検査あるいは大腸内視鏡検査を行います。これらの検査は、類似の症状の別の病気、例えば大腸がん、潰瘍性大腸炎などがないかどうかを調べるために行います。場合に応じて腹部単純X線、腹部超音波、上部消化管内視鏡などの検査を追加します。

過敏性腸Sだけでは便に血が混じる、自然にやせる、熱が続くなどの症状は絶対に起こりません。こうした症状があれば、別の病気が疑われますので、特に精密検査が必要となります。

牛乳など乳製品を摂取した後に下痢が強まる場合は、乳糖不耐症と診断がつくことがあります。また、最近発達してきた小腸内視鏡、カプセル内視鏡などの検査で小腸の潰瘍や腫瘍が診断されることがあります。典型的な過敏性腸Sの症状があり、他の症状がなく、検査で異常が見られないときになって初めて過敏性腸Sと診断されます。

◆検査で異常が出ない訳は？

過敏性腸Sは腸の機能（働き）の病気で、腹痛と下痢・便秘が続くのは、内臓が感じやすく、腸の動きが異常になっているためです。多くの検査は、がんや潰瘍を見つけるためのものだから、腸の機能は正確にはわからないのです。

* IBS : irritable bowel syndrome

====今後不定期で消化器の情報をお知らせしていきます。====