

1月 けかん +
たより



お話
大分大学保健管理センター
工藤欣邦教授

機能的消化管疾患について

機能的消化管疾患とは

腹痛や吐き気、便秘や下痢などお腹の不具合で困った経験は、誰でも一度はあるのではないのでしょうか。しかし、これらの症状が慢性的になると日常生活に支障をきたすようになります。このような場合は、まず消化器科専門医を受診し、内視鏡検査などで炎症や腫瘍などの明らかな病変(器質的病変)がないかどうかを確認する必要があります。症状が継続するにもかかわらず、検査で器質的病変が認められない場合は、機能的消化管疾患の可能性がります。機能的消化管疾患は、内臓の機能が異常をきたしてさまざまな症状が起こりますが、その中でも代表的な疾患が機能的ディスペプシア(FD)と過敏性腸症候群(IBS)です。

FDは、内視鏡検査をしても胃に潰瘍やがんなどの器質的病

変がないにもかかわらず、胃の痛みや膨満感、胃もたれや吐き気などの症状が継続する病気で、上腹部症状を訴え病院を受診した患者さんの45%~53%も占めると報告されています。一方、IBSもFDと同様に内視鏡検査などで器質的病変を認めないにもかかわらず、腹痛を伴って慢性的な便秘や下痢をきたす疾患です。現在、IBSは日本人の約10%~15%もが罹患していると推定されており、若年世代に多い疾患です。便の形状により便秘型、下痢型、混合型などに分類されますが、男性では下痢型、女性では便秘型が多いようです。上記のようにFDは胃の症状、IBSは腸の症状が主体となって現れますが、双方ともに共通して言えるのは、患者さんの生活の質(QOL)を大幅に低下させてしまうことです。

機能的消化管疾患と心理的異常との関連

機能的消化管疾患を引き起こす原因にはさまざまなものがありますが、その中の1つに不安などの心理的異常の関与が指摘されています。保健管理センターでは、旦野原キャンパスの新入学生を対象として消化器症状と精神的健康度に関する調査を行いました。精神的健康度は全般的健康質問票(GHQ)にて評価し、消化器症状は、症状に起因するQOLの低下を15問の質問にて包括的に評価する出雲スケールにて評価しました。今回の調査では、GHQが10点以上を「精神的不健康群」、9点以下を「精神的健康群」、また、出雲スケールで過去1週間の消化器症状について「全く困らなかった」(0点)~「我慢できないくらい困った」(5点)のうち「困った」(3点)以上を「消化器症状によりQOLの低下あり」と定義しました。精神的不健康群と精神的健康群との間で、消化器症状によりQOLの低下を認める学生について、胸やけ(問1~3)、胃の痛み(問4

~6)、胃もたれ(問7~9)、便秘(問10~12)、下痢(問13~15)の各症状について比較検討を行いました。

今回提示するのは平成26年度に行った調査による検討で、明らかな器質的病変を認めるケースを除いた897名(18歳~23歳、平均年齢18.6歳、男性555名、女性342名)の新入学生を対象としました。その結果、消化器症状でQOLが低下している学生の割合は、胸やけ、胃の痛み、胃もたれ、便秘、下痢の全てにおいて精神的不健康群の方が有意に高く、特に下痢または軟便(問14)によってQOLが低下している学生は、精神的不健康群の約4割を占めていました(図1)。また、出雲スケールの総スコアは、精神的健康群 5.2±0.2点に対し、精神的不健康群 16.4±1.6点と精神的不健康群の方が有意に高く、全ての消化器症状において、精神的健康群より精神的不健康群の方が、有意にスコアが高いということもわかりました(図2)。

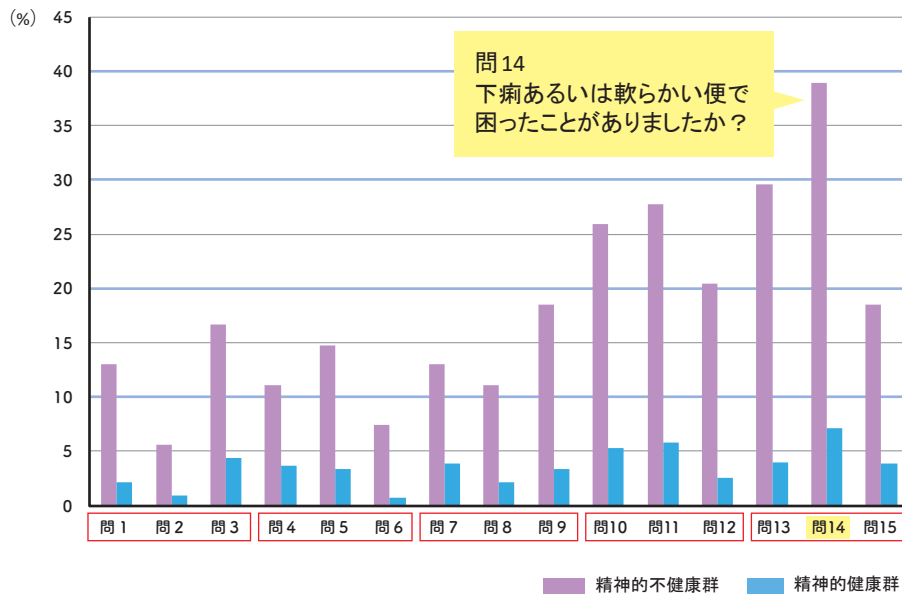


図1 出雲スケールスコア3点以上の新入学生の割合

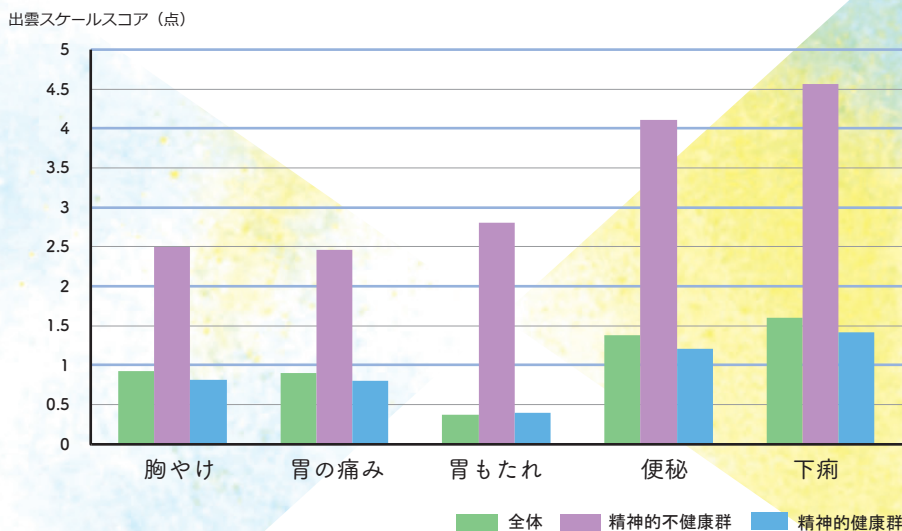


図2 消化器症状別にみた出雲スケールスコア

大学入学直後の不安やストレスと消化器症状

今回の調査において、大学の新生入学生においても機能的消化管疾患、特にIBSに起因すると考えられる消化器症状と精神的健康度との間に密接な関連があることが明らかになりました。新生入学生は、新たに始まる大学生活のさまざまな面(初めてひとり暮らしをすることや新しい仲間との人間関係の構築など)において、不安やストレスを感じているケースが少なくないよう

です。今回、消化器症状のスコアが高かった学生に話を聞くと、精神的なストレスが解消した人の多くは、消化器症状も改善していることがわかりました。一方、精神的なストレスが改善しないまま大学生活を送っている人の多くは、消化器症状も継続していました。

専門家からのアドバイスが必要

機能的消化管疾患の治療は、食事療法、薬物療法、心理療法などエビデンスに基づいたさまざまな治療法があります。症状が慢性化して日常生活に支障をきたしている人は、自己判断で対処するのではなく、専門家からのアドバイスが重要となり

ます。保健管理センターでは消化器症状で困っている学生に対する診察や適切な医療機関への紹介、また精神的なストレスで不安を抱えている学生への専門スタッフによる面談やカウンセリングも行っています。お気軽にご相談ください。