

過敏性腸症候群について

消化器内科

過敏性腸症候群とは、大腸や小腸に器質的な異常がないのに、腹痛、腹部不快感、下痢、便秘などの症状が続く病気です。男性では下痢が続くタイプが、女性では便秘が続くタイプが多い傾向にあります。発病してない予備軍まで含めると全人口の2割程度の患者がいるといわれています。原因ははっきりしていませんが、ストレスや食物の刺激などに過剰に反応して腸がけいれんし蠕動運動が障害されるのではと推測されています。治療法は、症状によって、消化管運動を調節する薬、整腸剤、下剤、腸の水分を調節する高分子重合体、抗不安薬などの薬を選択して内服しますが、規則正しい生活、ストレスを取り除く工夫、食事の注意（適度な

岡本 博司 さん
国吉病院 消化器内科部長



量を1日3食決まった時間に食べる、食物繊維をしっかりと取る、アルコールなどの刺激物は控える（控える）なども重要です。