

みんなの健康ラジオ

『心身症としての過敏性腸症候群』

(2019年5月16日放送)

横浜市精神科医会

のぞみクリニック

川原 健資

心身症とは

- 「こころで起きる身体の病気」のこと。
- 日本心身医学会の定義（1991年）
 - 身体疾患の中で、その発症や経過に心理社会的な因子が密接に関与し、器質的ないし機能障害が認められる病態をいう。
 - ただし、神経症やうつ病など、他の精神障害に伴う身体症状は除外する。
- 「心身症」は特定の病名ではない。
- 「心身相関」が関与している病態を表している。
- 従って、治療には心理療法的なアプローチが必要になる場合が多い。

代表的な心身症

部位	主な症状
呼吸器系	気管支喘息，過換気症候群
循環器系	本態性高血圧症，冠動脈疾患（狭心症，心筋梗塞）
消化器系	胃・十二指腸潰瘍， <u>過敏性腸症候群</u> ，潰瘍性大腸炎，心因性嘔吐
内分泌・代謝系	単純性肥満症，糖尿病
神経・筋肉系	筋収縮性頭痛，痙性斜頸，書痙
皮膚科領域	慢性蕁麻疹，アトピー性皮膚炎，円形脱毛症
整形外科領域	慢性関節リウマチ，腰痛症
泌尿・生殖器系	夜尿症，心因性インポテンス
眼科領域	眼精疲労，本態性眼瞼痙攣
耳鼻咽喉科領域	メニエール病
歯科・口腔外科領域	顎関節症

過敏性腸症候群の疫学

- 世界中の有病率は10～12%で、わが国では、6～14%と報告されている。
- 実際に病院を受診する人は約3割程度といわれる。
- 臨床の間では頻度のきわめて高い疾患で、消化器科外来の40～70%を占める。
- 若い人に多く、半数以上の患者は35歳以前に発病している。
- 男性：女性＝1：1.6で女性に多い。
- 多くの患者で発症時にストレスが見られる。

過敏性腸症候群の症状

1. 腹痛、腹部不快感

2. 便通異常

- 排便回数の変化（便秘、下痢、交替性）
- 便性状の変化（兎糞状/硬便、水様便/軟便）
- 便排出異常（便意切迫、残便感）

ガス症状が主なケースは、過敏性腸症候群とは別に分類される。

3. 精神症状

不安・抑うつ・心氣的症状。パニック発作や、外出恐怖、乗り物恐怖、会食恐怖などを合併し、登校や出社が困難となり、社会的機能が低下するケースもまれではない。健康関連QOL（生活の質）は大幅に低下している。

過敏性腸症候群の診断

1. 特徴的消化器症状がみられること
2. 器質的疾患を疑うエピソードに注意
 - ① 警告症状・徴候
 - 発熱、関節痛、血便、体重減少など
 - ② 危険因子
 - 50歳以上での発症、大腸器質的疾患の既往歴、家族歴
3. 鑑別すべき疾患
 - 大腸の腫瘍性病変（悪性腫瘍、悪性リンパ腫など）
 - 炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎、クローン病など）
4. 過敏性腸症候群でみられる検査結果
 - 血液検査、糞便：異常なし
 - 腹部単純X線：大腸ガス像を多く認める
 - 注腸造影・大腸内視鏡：大腸の腫瘍、潰瘍性病変の除外