



# くすりと健康

一般社団法人  
神戸市薬剤師会

## 過敏性腸症候群

過敏性腸症候群は、腸に原因となる炎症や潰瘍など明らかな異常がないにもかかわらず、腹痛や腹部の不快感を伴う便通の異常が起こる病気で、下痢や便秘、下痢と便秘を交互に繰り返すなどの症状が現れます。症状は目が覚めている時だけに起こり、寝ている間には症状はあまり起こりません。原因は、自律神経が乱れることによっておこる大腸などの消化管運動の異常、刺激に対する消化管の知覚過敏、過度の緊張などの精神的な要因などによって起こります。

過敏性腸症候群は、ストレスや生活環境の乱れによって起こることが多いと考えられており、それらの原因となる因子を取り除くことが治療の第一歩です。たとえば、ストレスの原因をできるだけ取り除き、不規則な生活や睡眠不足の解消など生活環境を改善してください。また、暴饮暴食、アルコールの大量摂取、消化に時間がかかるため脂質の多い食事や香辛料なども控えたほうがよいでしょう。

食事やストレス、生活環境の乱れを改善しても症状が十分に改善しない場合、薬物による治療をおこないます。過敏性腸症候群の治療薬は、乳酸菌製剤などの整腸剤、下痢や便秘の症状を改善する薬、活発になった腸の運動を抑えたり、刺激による消化管の過敏反応を抑えたりする薬などが使われています。

腸にはセロトニンという神経伝達物質が存在しており、セロトニンが腸の5-HT<sub>2</sub>受容体に作用して腸の運動に影響を与えています。ストレスなどによってセロトニンが過剰に放出されると、腸の運動が活発になり下痢などの症状が起こります。ラモセトロン

という薬は、セロトニンが5-HT<sub>2</sub>受容体に作用するのを防ぎ腸の活動を抑えて下痢などの症状を改善します。

ポリカルボフィルカルシウムは、腸で水分を吸収してゲル状になる性質

を持っています。下痢のように水分量が多い便の場合には、腸内の余分な水分を取り込んで、内容物の滞留時間を増やして排便回数を減らします。逆に、便秘の場合には、ポリカルボフィルが水分を保持することで腸の内容物の量を増やし、それが刺激となつて排便を促します。

抗コリン薬は、活発になった腸の運動を抑えて腹痛を和らげたり、下痢を抑えたりする効果があります。

消化管運動機能改善薬は消化管に直接作用して、腸の活動が活発な時は抑制し、低下している時は亢進させて腸の活動を正常化させる作用があります。

過敏性腸症候群は、命にかかわる病気ではありませんが、急に便意を催しトイレを探して回らないといけないなど、日常生活に支障をきたす場合もあります。気になる方は一度医療機関を受診されることをお勧めします。

(北区) 薬局エビラファーマシー

松本 博志