

大腸憩室症

大腸憩室とは？

大腸粘膜の一部が、外側に向かって袋状に飛び出したくぼみを憩室と呼びます。
大腸検査を行うと10人に1人くらいの頻度で見つかります。

症状は？

たいていは無症状で治療の必要はありませんが、時に便通異常(下痢、軟便、便秘など)、腹部膨満感、腹痛などの症状を起こします。

また、ばい菌が入って炎症を起こすと腹痛や下血をきたすことがあります。

原因は？

1. 大腸内圧の上昇

大腸憩室症は欧米人に多く、日本人にはあまり見られませんでした。最近では増加しています。

食事の欧米化で肉食が増え、特に食物繊維の摂取量の減少と密接な関係があると考えられており、便秘などにより腸管内圧が上昇しやすくなるためです。

2. 加齢

加齢とともに大腸の壁が弱くなり、少しの圧力で腸が外に押し出されるようになってしまうためです。

40才未満はまれですが、それ以降は急に起こりやすくなり、90才に達した人では誰でも憩室がたくさんあります。

3. 先天性

大腸憩室は真性(先天性)憩室と、仮性(後天性)憩室に分けられますが、大腸憩室の大部分は仮性(後天性)憩室です。

大腸憩室は大腸癌とともに年々増加傾向にあります。

高齢者の増加や、食生活の欧米化がこの病気を増加させているといわれており、治療を必要とする合併症の発生も多くなってきています。

合併症

憩室出血や憩室炎が10~20%の頻度で発生し、強い腹痛、下痢、発熱、血便などを伴います。

憩室炎は、憩室内に便がたまって起こるとされていますが、進行すると穿孔(穴が開く)、穿孔性腹膜炎、腸閉塞、周囲臓器との瘻孔形成(小さな穴が通じる)を生じることがあります。

合併症を疑う症状が現れた場合はできるだけ早く消化器内科を受診してください。

合併症を予防するために・・・

1. 規則正しい食生活で便通を整える。
2. 食物繊維の少ないものや冷たすぎるもの、熱すぎるものは避ける。
3. 腸に刺激の強いアルコール飲料・カフェイン・香辛料の摂りすぎ、過度の喫煙は避ける。
4. 過労や精神的緊張を避ける。
5. 適度の運動で肥満にならない様にする(肥満の人に憩室が多い)

憩室症は癌とは直接の関係はありませんが、好発部のS状結腸は、癌やポリープも多い部位です。
症状がなくても別な病気が合併していないかどうか、定期的に精密検査を行いましょう！