

## 第3章

# 過敏性腸症候群の症状

### 過敏性腸症候群の診断法

過敏性腸症候群の診断を確認するための検査というものはありません。医師は、症状のみから診断を下さなければなりません。症状には個人差がありますが、おもなタイプは、便秘（腹痛をとまいません）、下痢（不安で不便でもあり、腹痛を伴うこともあります）、あっても緩いか、主症状ではありません）、便秘と下痢の両方（腹痛をとまいません）の3種類です。

その他の症状としては、ガスがたまっておなかがはる（腹部膨満）、排便パターンが日によって予想できない変化をするなどがあります。

症状には、いくらか男女差があります。排便時にかなりいきむ必要があったり、兎糞便（コロコロした固い便）になったりする症状は女性に多く、排便の回数が多くなったり、軟便になったりする症状は男性に多いようです。

こうした症状から過敏性腸症候群の診断を下すのに役立つために、医師は一定の基準を用いています。

### 過敏性腸症候群の症状

症状には個人差があります。

おもな症状は、つぎの3種類です。

1. 便秘（腹痛あり）
2. 下痢
3. 便秘と下痢の両方（腹痛あり）

そのほか、つぎのような症状がみられることがあります。

- 腹部膨満
- 排便パターンが日によって予想できない変化をする
- 消化不良

### マニング基準

マニング医師による初期の研究により過敏性腸症候群と関連づけられた症状は、つぎの6種類です。

1. 腹痛があり、排便するとおさまる。
2. 腹痛がはじまると軟便になる。
3. 腹痛がはじまると排便の回数が増える。
4. 腹部膨満がある。
5. 便に粘液が混ざる。
6. 残便感（排便後にも便が残っているような感じ）がある。

### ローマⅢ基準

より新しい基準としては、消化器専門医の国際チームが定めた

## 過敏性腸症候群の症状

---

ローマⅢ基準があります。これによると、過去3カ月間、1カ月につき3日以上にわたって腹痛や腹部不快感があり、以下の項目のうち二つ以上に当てはまる場合に、過敏性腸症候群の診断が下されることとなります。

1. 排便により改善する。
2. 発症時に排便頻度が変化する。
3. 発症時に便の形状が変化する。

ローマⅢ基準は、便の形状により過敏性腸症候群をさらに四つに分類しています。

1. 便秘型過敏性腸症候群：排泄される便の25%以上が硬便または兎糞便であり、泥状便または水様便が25%未満
2. 下痢型過敏性腸症候群：排泄される便の25%以上が泥状便または水様便であり、硬便または兎糞便が25%未満
3. 混合型過敏性腸症候群：排泄される便の25%以上が硬便または兎糞便であり、泥状便または水様便も25%以上
4. 分類不能型過敏性腸症候群：排泄される便の異常が上記のいずれにも該当しない場合

## 下部消化管以外の症状

過敏性腸症候群では、マニング基準やローマⅢ基準で紹介した

下部消化管症状のほかに、広範な症状がみられることがあります（19 ページのボックスを参照してください）。さらに、過敏性腸症候群のある人の約 90%に消化不良がみられます。おもに排便異常を呈していた人が、年とともに消化不良を中心とする症状へと変わっていくこともあります。

### 生活の質の低下

医学的に言えば、過敏性腸症候群は命にかかわる疾患ではありません。けれども、過敏性腸症候群に悩んでいる人は、この症候群により社会活動がどんなに制限され、生活の質がどれだけ低下するかをよく知っています。食事をするたびに腹痛があるとなれば、友人や家族と外食をすることもできません。いつなごき切迫した便意が襲ってくるかわからないと思うと、やりたいこともなかなかできません。

### 活動の制限

過敏性腸症候群に悩む人の 40%以上が、その症状のために、旅行、人付き合い、性交、家事、余暇活動、ある種の食物の摂取などを避けています。多くの人は、過敏性腸症候群の症状そのものよりも、これにより日常生活にどれだけ支障が出ているかを基準にして、つらさを判断しています。

### 下部消化管以外の症状

過敏性腸症候群では、典型的な症状のほかにも広範な症状がみられることがあります。女性では婦人科症状がみられることがあります。泌尿器症状があると、日常生活に支障をきたすことがあります。

#### 婦人科症状

- 月経痛
- 性交痛
- 月経前緊張症候群

#### 泌尿器症状

- 頻尿
- 尿意切迫（いちど尿意を感じると排尿を我慢することができない）
- 夜間頻尿
- 残尿感

#### その他の症状

- 腰痛
- 頭痛
- 口臭
- 口の中に不快な味を感じる
- 睡眠障害
- 常に疲労感がある
- 抑うつ
- 不安
- 線維筋痛症（全身に激しい痛みが起こる原因不明の慢性疾患）

### 広がる影響

過敏性腸症候群のある人には不安や睡眠障害もあることが多く、これに関連して、倦怠感を訴えたり、前向きになれなくなったりします。こうした症状は、容易に生存を脅かすようになります。

さまざまな症状に苦しんでいるときにその原因をなかなか突き止めてもらえなかったら、だれでも心配になるものです。何度も病院を訪れて、不快な検査を受けるはめになるかもしれません。

女性はとくに、持続的な症状を軽くしようとして、胆嚢摘出術や子宮摘出術などの不要な手術を受けてしまうことがあります。けれども、こうした手術によって既存の疾患が悪化してしまったり、手術痕の痛みや癒着（体内の癒痕のために引きつるような痛みを感じる）などの合併症を引き起こすこともあります。

### キーポイント

---

- 過敏性腸症候群の診断にはマニング基準かローマⅢ基準が用いられます。
- 過敏性腸症候群では、下部消化管以外の広範な部位に、婦人科症状、泌尿器症状、筋骨格系症状、精神症状などがみられることがあります。