

こ緑が萌えはじめ、日差しがぐんぐん明るくなって、今年もお花見の季節です！大阪北摂にも、出かけてみませんか？

2011年3月10日(毎月10日発行)

ステーション

co-op

4

2011
APRIL

215

保存版おでかけ特集

桜と、初夏の花旅へ！

桜、ぼたん、藤、花菖蒲、あじさい、バラ…。

春らんまんのお花見のあとは、あでやかにまた楚々と咲く、初夏の花たちを愛でに…。7月までたつぷり、花旅が楽しめます！

行ってみたいね！となりまち。

大阪北摂、おでかけ日和！

豊中、池田、箕面、吹田、高槻、茨木、大阪府豊能郡…。万博記念公園、五月山公園、箕面の滝など、豊かな自然が残る北摂の春を楽しんで！

枝元なほみさんの、ドレッシングで、春を満喫！
大原千鶴さんの、お花見べんとう
通学・通勤の、おべんとう

コースこうべ
90th
おかげさまで90年
組合員とともに
未来へ

コープこうべ90周年、大阪北生協と合併 記念号！

ホームページ www.coop-net-station.net

ご意見・ご感想をお寄せください 受付●月～金曜 10:00～17:00
編集室直通ダイヤル ☎078-842-36

すい

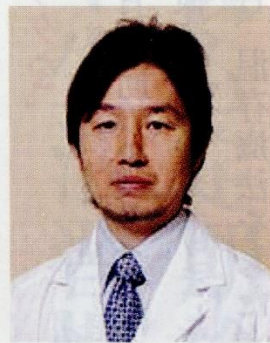
急性膵炎にご注意を

突然、上腹や背中への激痛に襲われるのが急性膵炎。大切な臓器である膵臓が、飲酒などによりピンチに陥る病気です。万一自分や家族に疑わしい症状が現れたとき適切に対処できるよう、消化器疾患の専門医である佐野互先生にお話を伺いました。

取材・文/杉野佐恵子 イラスト/辻たかえ

佐野 互(さの・わたる)先生

医療法人薫風会佐野病院(神戸市垂水区)内科部長。東京慈恵会医科大学卒。神戸大学大学院医学系研究科単位取得。甲南病院、兵庫県立成人病センター(現・兵庫県立がんセンター)、宍粟総合病院、新日鐵広畑病院、IHI播磨病院などを経て、2009年に佐野病院へ。日本内科学会認定医、日本消化器病学会専門医、日本消化器内視鏡学会専門医。



膵臓とは、どんな働きを持つ臓器ですか？

膵臓は、私たちの日常の活動に欠かすことのできない二つの働きを持っています。一つは、たんぱく質、脂肪、炭水化物を分解する消化酵素であるトリプシン、リパーゼ、アミラーゼなどを含む膵液をつくらせて十二指腸に分泌する外分泌作用という働き。もう一つが、インスリンやグルカゴンなど血糖値を調節するホルモンをつくり、血液中に分泌する内分泌作用という働きです。消化酵素やホルモンを合成するという点で、膵臓は、肝臓と並ぶ人体の化学工場であるともいえます。

急性膵炎は、その膵臓がどのようになるのですか？

膵臓がつくり出した膵液は、膵臓内部では消化酵素として働かず、消化酵素として活性化するのは、十二指腸に分泌されてからです。ところが、長年のアルコールの悪影響や、十二指腸への通路となる膵管が胆石によって詰まったりすると、膵臓の内部で消化酵素が活性化するとう、あつてはならないことが起こってしまいます。その結果、膵液が膵臓自体を消化して一気に炎症が進み、急性膵炎を起こすと考えられています。

急性膵炎になると、どんな症状が出るのですか？

本来食べ物を消化する酵素が、神経の通った膵臓を自己消化してしまう病気で、すから、かなり激しい痛みを伴います。一般的な症状としては、上腹や背中への痛

み、吐き気などがあげられます。ただし、症状だけでなく膵炎とわかるわけではありません。膵炎でも上腹の痛みと吐き気だけで背中には痛みがないことがあります。こうなると、胃潰瘍や胃炎と区別が付きません。また、膵炎では、膵臓近辺の腸管が麻痺して機能しなくなる麻痺性イレウスが起こることもあります。すると、症状としてはふつうの腸閉塞とまるで同じになってしまいます。

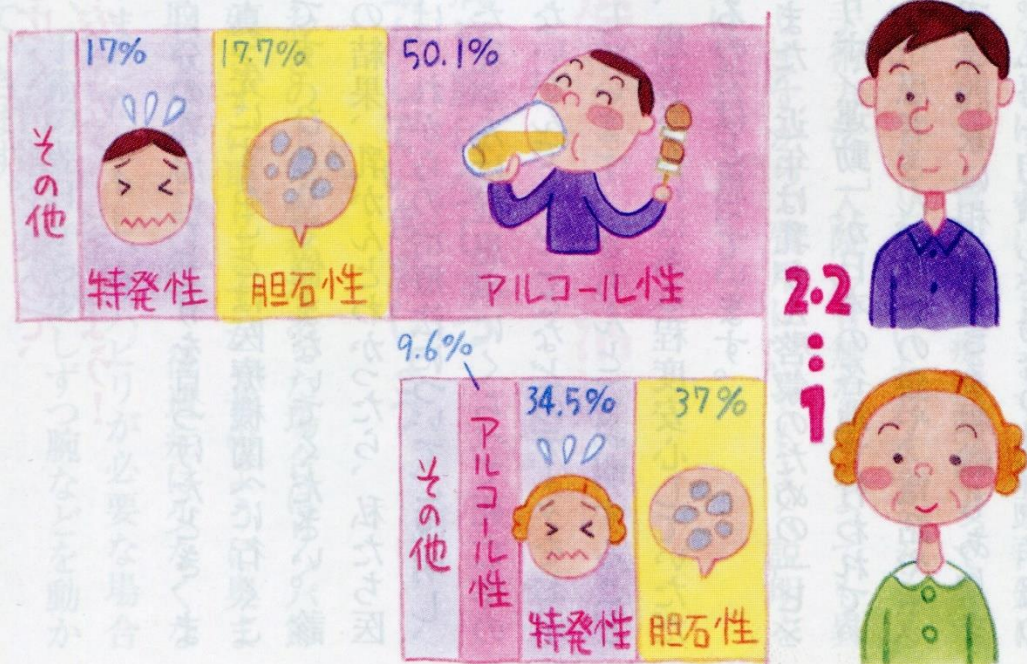
そのため、症状から判断しててっきり胃や腸のトラブルだと思って来院され、検査で膵炎が見つかるというケースが大半です。胃や腸のちょっとしたトラブルだと思って市販の胃腸薬で紛らしていたら実は膵炎で、発見が遅れたぶん、重症化が進んでしまったということも起こりがちです。膵炎には、こういう症状が出るとまちがいはなく膵炎であるという特有の症状がないのだということをよく知って、おかしいなと思ったら、できるだけ早く消化器科などを受診してください。

お酒をよく飲む人は、急性膵炎にかかりやすいのですか？

膵炎についてはまだわかっていないことも多いのですが、はっきりわかっている要因のなかで最大のものがアルコールです。アルコールがどのようにして膵臓に悪影響をおよぼしているのか、その詳細は未解明です。お酒自体が膵臓の細胞を傷つける、お酒によって消化酵素が膵臓のなかで活性化する、十二指腸への通路となる膵管への出口がふさがれるなど、さまざまな説があり、研究が進められています。いずれにしても、アルコールが膵炎の要因となっていることはさまざま

な統計を見ても間違いないことといえます。

たとえば、日本では食の欧米化に伴いアルコールの消費量も年々増加してきていますが、それと連動して急性膵炎も増えています。また、急性膵炎の男女比は、2003年の統計で女性1に対し男性2.2であり男性に多い病気です。これは、おそらく飲酒量の違いによるものと考えられます。急性膵炎にはアルコール性のほかに、胆石が膵管をふさぐことが要因となる胆石性のものと、原因のはっきりしない特発性のものがあります。同じ03年の統計によると、男性は、アルコール性が最も多く50.1%、以下、胆石性17.7%、特発性17%と続きます。これに対し、女性は胆石性が最も多く37%、次が特発性で34.5%、アルコール性は最も少なく9.6%しかありません。



受診時には、 どんな検査を行うのですか？

腹痛がある場合、通常、まず採血検査と腹部レントゲンでスクリーニングをします。その結果、血中にアミラーゼやリパーゼといった膵酵素の上昇が見られれば、ほぼ急性膵炎であると診断されます。その診断を確定し、重症度を判定するために、さらにエコー、CTなどの画像検査を行います。

治療法についても 教えてください。

合併症の有無や重症度によって治療法は異なります。

軽症から中等症くらいなら、膵臓を休めるために絶食状態にして十分な点滴で栄養や水分を補い、同時に、たんぱく分解酵素阻害薬を投与して、消化酵素により膵臓が自己消化されるのを防ぐのが基本です。

重症の場合、治療は一刻を争います。膵臓だけでなく腎臓や肺、肝臓など複数の臓器に障害が起こる多臓器不全が起こるのが重症急性膵炎の特徴で、おなかの中で感染症を併発して敗血症に至ることもあります。しかし、人工呼吸や透析など、症状に応じた多様な治療が行われ、近年、その救命率は着実に高くなってきています。

回復までに、かなり 時間がかかるのでしょうか？

合併症の有無や重症度によって回復までにかかる時間も異なります。ごく軽症

であれば、外来での治療だけで1週間後には完治していることもあり、重症なら何か月という単位での入院となることもあります。最も多いのは、入院後1週間程度の絶食でだいたいよくなり、その後1〜2週間かけて少しずつ食事を増やし、2〜3週間で退院というケースです。ただし、胆石性の場合には胆石自体を治療しなければ再発するため、治療はそのぶん、長引きます。また、年齢が高いほど絶食治療などのダメージが大きく、膵炎は回復してもその後のリハビリに時間がかかります。

急性膵炎から 慢性膵炎に病気が 進むこともあるのですか？

急性膵炎は完治した後も再発を抑えるために禁酒を続ける必要があります。ところが、これを守ることができず、「少しならいいだろう」と飲んでしまい、徐々に歯止めがきかなくなると、再発を繰り返す患者さんが少なくありません。するとそのうち、傷んだ膵臓の細胞が再生されなくなり、線維が増えて硬くなる慢性膵炎へと病気が進んでしまいます。

さらに慢性膵炎が進行すると、外分泌機能、内分泌機能が損なわれ、消化吸収がうまくいかなくなって栄養障害が現れたり、血糖値がコントロールできなくなったり、膵性糖尿病に陥ったりします。また、十二指腸への通路となる膵管のなかに膵石と呼ばれる結石がたくさんできて、腹痛や炎症の原因となることもあります。そのため、急性膵炎とは全く異なる治療が必要となります。

急性膵炎の発症を 事前予測できる 検査はありますか？

残念ながら今のところそういう検査はありません。肝臓にはγ-GTPという指標となる値がありますが、膵臓は、膵

炎を発症するまでは、いずれの数値も正常で推移します。まさしく「沈黙の臓器」であって、対応はどうしても後手に回りがちです。飲酒の習慣がある方は特に、腹痛などの膵炎発症のサインを見逃すことなく、必ず検査を受けるようにしてください。

ドクターからの処方箋

～膵臓の負担をできるだけ小さく～

急性膵炎は、長年酷使に耐えてきた膵臓が、ついに耐え切れなくなって上げている悲鳴かもしれません。そこまでいきついでしまう前に、少しでも負担を減らしてあげましょう！

1. 休肝日をつくろう

お酒を飲まない日をつくることは、肝臓だけでなく膵臓にとってもとても大切。できる範囲で始めて、なるべく頻度を増やす努力を。

2. 飲み過ぎは厳禁

休肝日以外も、飲み過ぎてはだめ。人によってお酒の許容量は違いますが、自分はお酒に強いからこのくらいは大丈夫などと考えず、少量で楽しく切り上げる習慣をつけてください。

3. 高脂肪食は控える

高脂肪食は大量の消化酵素を必要とするため、膵臓の負担が増大します。肉よりも魚や野菜を、欧米食よりも日本古来の質素な食事を摂るように心がけることも大切です。

Thu Fri Sat



今日は休み！

