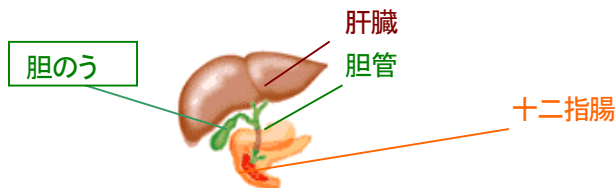




胆石症

胆石症とは、どんな病気？

胆石症は、胆のうや胆管などに石が形成される病気です。大半(約80%)は胆のうにできます。胆のうは、洋梨のようなカタチをした袋状の臓器で、肝臓で作られた胆汁を貯めておく場所です。胃から十二指腸に食べ物が送られてくると、胆のうが収縮し、胆汁が胆管を通り排出され、蛋白質や脂質の消化吸収を助けます。



石は何でできている？

コレステロールの多い食事が原因で、胆汁中のコレステロールが結晶化し、石となる(大半がこのパターン)。もしくは、細菌の感染により、胆汁中のビリルビンが溶けにくくなり、石となる。

胆石症の症状

- 典型的な症状は、上腹部～右わき腹にかけての突然の強い痛みで、吐き気やあぶら汗が出るほどひどいこともあります(胆石発作)。
- 胆石によって胆汁の流れが塞がれてしまうと、胆汁が逆流を起こし、黄疸(尿が黄色くなったり、体がかゆくなり、黄色を帯びてくる)が出ることもあります。
- しかし、症状がそれほど出ない場合も多く、食後の上腹部痛や食欲不振などの症状から、「胃が悪い」と勘違いしてしまうこともあります。



胆石・胆石発作を予防するための生活上の注意

- 脂肪分の高い食事(発作の原因になり得る)を控える。
- 1日3食、決まった時間に、いろいろな食材をバランスよく食べるようにする。
- 食物繊維は、余分な脂肪の吸収を抑えます。野菜、穀物、豆類、果物などを積極的に摂りましょう。
- 適度な運動を心がけ、太り過ぎないように注意する(食後1時間以上経ってからの運動が、発作を回避できる)。
- ストレスをためず、十分に休養をとる。



胆石の薬



| | |
|--------------|----------------------------------|
| ウルソ | 胆汁の流れをよくしたり、胆石(小さなコレステロール石)を溶かす。 |
| ブスコパン、コスパンなど | 胆石にともなう痛みをやわらげる。 |
| 抗菌薬 | 胆汁の流れが悪くなるため起こる、細菌感染による炎症を抑える。 |

大きな石や、石の材質によっては、薬では治療できず、衝撃波により砕いたり、手術によって取り除いたりする場合があります。胆石を大きくしないためには、早めの発見が大切です。胆石は肝臓の検査や超音波(エコー)検査やCT検査等で見つかることができます。定期的な検診をお勧めします。