

冬の胃腸、大丈夫？

何かと慌ただしくなる年末年始は、外の寒さや不規則な生活などによって胃や腸の調子が乱れがちに。この機会に、胃腸の健康について考えてみませんか？



— 冬の胃腸の調子を乱す主な原因 —

暴飲暴食

食べ過ぎ・飲み過ぎにより、胃酸が大量に分泌されると、胃の粘膜が荒れることにつながります。

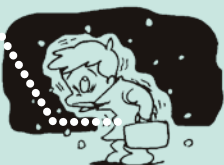


精神的なストレス

ストレスにより自律神経のバランスが崩れると、胃や腸の働きが悪くなってしまいます。

寒さによる体の冷え

体が冷えると胃や腸の動きが鈍くなります。また、急激な気温の変化や冷えがストレスにもなります。



新年会など外食のお誘いが多くなる季節。まず注意したいのは、食べ過ぎ・飲み過ぎです。特に、適量を超えるアルコールは、胃や腸に直接的に悪影響をおよぼします。また、胃腸が大きく影響を受けるのがストレス。仕事の付き合い

新年会など外食のお誘いが多くなる季節。まず注意したいのは、食べ過ぎ・飲み過ぎです。特に、適量を超えるアルコールは、胃や腸に直接的に悪影響をおよぼします。また、胃腸が大きく影響を受けるのがストレス。仕事の付き合い

寒い冬は胃腸の調子に要注意！



不調が続く時は適切な検査と治療を
兵庫医科大学病院
内視鏡センター

兵庫医科大学病院の内視鏡センターは、上部消化管（食道・胃・十二指腸）、小腸、下部消化管（大腸）、胆・膵、気管支、胸腔の内視鏡検査と治療を行う診療部門です。それぞれの専門分野の医師が、専属の看護師や臨床工学技士と協力・連携しながら、質の高い診断と治療を行っています。

精度の高い 内視鏡診断と治療

常に精度の高い内視鏡診断と治療を提供するため、拡大内視鏡や超音波内視鏡、カプセル内視鏡など最新の内視鏡機器を積極的に取り入れており、平成28年度の検査件数は、上部消化管7,355件、下部消化管5,727件をはじめ、総計1万4,198件にのびります。また、内視鏡による治療については、平成28年度、消化管ポリープや早期癌の内視鏡的切除術を食道・胃・大腸合わせて1,109件実施しました。



患者さんの 負担を少なく

現在の内視鏡センターは、処置室2室、検査室5室の全7室で、県内トップクラスの広さを誇ります。不安や苦痛の少ない「鎮静・鎮痛内視鏡検査」を終えた後にゆっくりと休んでいただくためのリカバリースペースも11床確保し、患者さんをお待たせすることなく実施しています。また、病院病理部と連携して胃・大腸内視鏡生検組織の当日病理診断に取り組んでおり、その日のうちに結果説明を行うなど、患者さんの負担減少やスムーズな診療を実践しています。



こんな症状は要注意！



胸やけ

胃酸が食道に逆流する胃食道逆流症をはじめ、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の可能性も。

胃痛・腹痛

暴饮暴食による急性胃炎のほか、胃潰瘍や、生の魚介類にみられる寄生虫によるアニサキス症などさまざまな原因があります。急性膵炎や胆石症など胃腸以外の部位の痛みもあります。

吐き気・嘔吐

胃腸の不調に限らず、原因はさまざま。吐き気のほかに胸の痛みや冷や汗がある場合は、心筋梗塞の恐れもあるのですぐに対処を。

下痢

急性の場合はウイルスや細菌などの感染症によるものが多いです。慢性的なものは、潰瘍性大腸炎やクローン病の可能性もあるので注意が必要です。

便秘

がまんのしすぎや運動不足、食事などが原因の習慣性のものが多いですが、急性腹膜炎や腸閉塞など腫瘍や炎症が原因となることも。

出血（吐血・下血）

吐血は、胃潰瘍や十二指腸潰瘍のほか、胃がんや食道がんの恐れもあります。下血は、出血の部位により黒色・濃褐色・赤色と変化するので要注意。大腸がんや大腸ポリープなどが疑われます。

自覚症状がないことも！ 早期発見が大切な胃腸のがん

胃がん

胃の痛みや不快感・違和感、胸やけ、吐き気、食欲不振などが代表的な症状です。早期に自覚症状が出ることは少なく、また、進行しても無症状の場合があります。胃炎や胃潰瘍の場合も同様の症状が出るため、内視鏡検査などを受けることが大切です。

大腸がん

血便、下血、下痢と便秘の繰り返し、便が細い、残便感、おなかの張り、腹痛、貧血、原因不明の体重減少などがみられます。早期の段階では自覚症状はありませんので、血便など気になることがあれば、早めに専門の科を受診しましょう。

本当に、食べ過ぎ・飲み過ぎ？
 気をつけたい胃腸の病気



「最近、食べ過ぎ・飲み過ぎで胃腸の調子が」と感じていらっしゃるあなた。本当にただの食べ過ぎですか？不快な症状には重大な病気が隠れていることも。不調が続くようなら、早めに医療機関を受診しましょう。