

性においてはアルコールの飲み過ぎが最も多く、急性膵炎の約半数・慢性膵炎の約80%弱となっています。

① 急性膵炎

十二指腸に送り出されるはずの膵液が、何らかの原因で膵臓の細胞や周りの臓器を自ら壊してしまうことがあります。

共通する症状として、みぞおちや背中への激しい痛みが挙げられます。これらの痛みは、背中を丸めると和らぎ、あおむけに寝ると増すのが特徴です。他に、吐き気・嘔吐・腹部膨満感・食欲不振・発熱などを伴う場合もあります。脂肪分の多い食事やアルコールを多量に摂取した直後、あるいは数日後に発症することが多いようです。

② 慢性膵炎

膵臓の炎症を何度も繰り返すことにより、組織が破壊されて硬くなり、機能が次第に低下してまいります。

慢性膵炎は、膵臓の機能の状態によって、「腹痛期」「移行期」「膵機能不全期」に大別されます。いったん壊れた組織は元に戻らないので、早期に治療を始めることが重要です。

腹痛期

膵臓の働きはまだ保たれている初期の慢性膵炎です。膵液が作られ続けているので、みぞおちや背中に鈍い痛みを感じることがあります。

移行期

病気が進行して正常な細胞が減り、膵液が作られにくくなっています。みぞおちや背中の痛みが減少するので、「治った」と勘違いする人が多いのですが、膵臓の組織は壊れ続け、働きはますます低下していきます。



膵機能不全期

膵臓は、ほぼ機能しなくなります。膵液がほとんど作られないため、食事しても消化吸収ができずに痩せてきたり、脂肪を含んだ白っぽい「脂肪便」が出たりします。また、インスリンなどを作るランゲルハンス島も壊れるので、糖尿病も併発します。糖尿病の検査をしたら、慢性膵炎が見つかるといったケースもあります。

膵炎の治療

急性膵炎は、重症化を防ぐために最初の2〜3日間は入院し、徹底した管理を行います。食事をすると消化機能が働き膵液が分泌されてしまうた

め、絶食が必要となります。

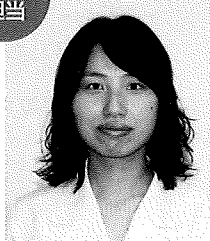
慢性膵炎の治療の基本は「生活改善」で、禁酒・脂質摂取の制限・禁煙・ストレスを避けるといったことが挙げられます。また、膵臓の機能が残っているかどうかで、薬物治療・手術など治療法が変わってきます。

まとめ

急性膵炎・慢性膵炎のいずれにおいても、膵臓に負担をかけることが重要です。そのために「禁酒・節酒」は基本と考えてください。また、消化するために多量の膵液を必要とする揚げ物など、脂肪分の多い食事もひかえましょう。

急性膵炎は完治する可能性が高い病気ですが、患者の3割以上は再発するといわれており、たいへん禁酒が守れなかったことが原因です。急性膵炎を繰り返すと慢性膵炎へと移行する可能性があります。慢性膵炎になると完治が望めなくなるため、完治する可能性の高い急性膵炎の段階で適切な治療をして、その後、再発させないように注意しましょう。

今月の担当



保健師
武石 智保

<参考文献>
e-ヘルスネット(厚生労働省ホームページ)、「けんこうさろん」197号(2014年2月発行)(株)ジェーシーシー、「きょうの健康(2012年12月発行)」(NHK出版)