ほっとくと危険！痔の陰に大腸がん？

広告

「日本人の3人に1人」は、痔（じ）に悩んでいるといわれている。身近な病気なのに「診察を受けるのが恥ずかしい」「治療が痛そう」などの理由で受診が遅れがちだ。「出血、痛み、違和感があれば我慢をしないで、ぜひ受診してください。痔をこじらせないで済むし、手術をしなくて注射で治ることもあります。また、大腸がんなどの痔以外の病気がひそんでいるかもしれません」とさいたま市のただともひろ胃腸科肛門科・多田智裕院長（35）は早期受診を呼び掛けている。

長時間座りっぱなし

要注意

『もしかして』、と思ったら病院へ

痔は3種類

▼▼▼▼▼

痔には①痔核（いぼ痔）②裂肛（きれ痔）③痔ろうの3タイプがある。痔核は痔の患者の内、最も多く5～6割を占め、裂肛、痔ろうはそれぞれ1～2割ぐらいである。痔核は肛門の血行が悪くなり、毛細血管の一部がうっ血してこぶ状になったものである。形がいぼに似ていることからいぼ痔と呼ばれる。直腸と肛門の境界（歯状線）より内側にできた痔核を「内痔核」外側にできた痔核は「外痔核」である。外痔核は痛みを伴うが、内痔核は痛みがないため、出血や肛門から脱出することで、気付くことが多い。便秘などによる排便時のいきみや長時間、座りっぱなし、立ちっぱなしの姿勢を続けることで肛門に負担が掛かり、出血したり、うっ血したりしたものが主な原因。

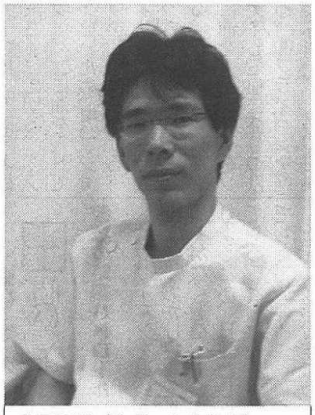
裂肛は、きれ痔と呼ばれる。硬い便によって肛門付近が切れたり、裂けたりするもので女性に多い。出血は紙につく程度であるが、激しい痛みを伴うため排便を我慢して便秘になり症状を悪化させる患者も多い。

痔ろうは肛門の周辺が細菌に感染して炎症を起こし、膿（うみ）を出す「ろう管」ができるもので、発熱と肛門周辺の痛みを伴う。若年から中年の男性に多く、一番の原因は下痢。

最近は女性に多い

▼▼▼▼▼

「もしかすると痔かも…」と思いあたる節があっても訪ねにくいのが肛門科。治療が遅れたために症状が悪化し、日常生活に支障をきたすこともある。また痔の陰に大腸がんなどが潜んでいることもある。「痔といえば男性の病気というイメージがありましたが、最近ではむしろ女性の方が多くなってきています。診察室にカーテンレールを付け、カーテンを引くと、誰にも見られずに着替えることができるなどプライバシーに配慮された診察が行われています。血栓をとったり膿を取ったりするような簡単な手術は、診察室でできます。また、肛門鏡も形が微妙に細くなっているのを使っているので、患者さんは痛くないのです。安心して受診してください」と多田院長。



多田智裕（ただ　ともひろ）
1996年東京大学医学部卒業。
東大医学部付属病院大腸肛門外科などを経て05年より東葛辻仲病院で肛門疾患を学ぶ。
06年　ただともひろ胃腸科肛門科開業。

えっ！注射、でも体の負担は少ない

▼▼▼▼▼

内痔核は症状の進行により4段階に分けられる。

Ⅰ度、排便時に出血するが痛みはない。

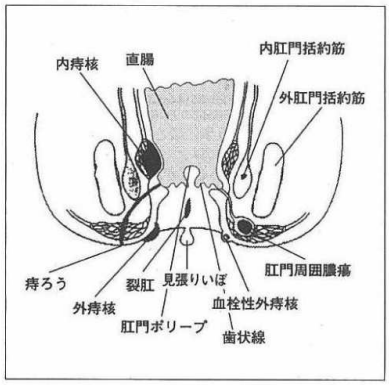
Ⅱ度、排便時に脱出するが、排便後は自然にもどる。

Ⅲ度、排便時に脱出し、指で押さえないと戻らない。

Ⅳ度、排便に関係なく常に脱出して戻らない。

Ⅰ度、Ⅱ度の軽症だと軟こうや座薬で治るが、Ⅲ度以上の場合は手術や注射療法を行う。最近、注目されている治療は注射。注射剤を内痔核に直接注入して痔核を硬化させて小さくする治療法です。痛みを感じない部分にできる内痔核に注射をするので、出血や痛みが少ない。日帰り、または1泊2日の短期入院で済む。

「30～40代の働き盛りの人は長期間会社を休めないので注射で治す人が多く、また70～80代の高齢者には、注射の方が体への負担が少ないです。会社を定年した60代の人は長期入院できるので、手術をする人もいます。患者さんにとって治療の選択肢が広がったということでしょうか。治療法は患者さんと相談して決めています」と多田院長は話す。



痔の心構え

▼▼▼▼▼

痔にならないための生活習慣を尋ねたところ、「お尻に負担を掛けないようにするのが大事です。座り仕事の長い人は、クッションなどを工夫し、同じ姿勢で長時間座らないようにしてください。お尻は清潔にしてください。便意をもよおしたら我慢しないでください。便秘で、長時間でいきむのはよくないです。便通をコントロールすることも大切で、便通をコントロールする薬などもあります」と多田院長は、普段の生活での心掛けの大切さを話す。

とにかく出血、痛み、違和感があれば、できるだけ早く肛門科を受診してみよう。

◆◆ 痔の予防 ◆◆

- 毎日お風呂に入ろう
- おしりはいつも清潔に
- 便秘・下痢に気をつけよう
- 朝の排便習慣を
- 排便時、無理にいきまないように
- おしりを冷やさないように
- 長時間、同じ姿勢を続けないように
- アルコール、刺激物は控えめに
- 早めに専門医を受診しよう

Check ■痔の危険度チェック

- □ 便秘がちである
- □ 下痢をしやすい
- □ 長時間座りっぱなしのことが多い
- □ 長時間立ちっぱなしのことが多い
- □ 新聞はトイレで読む
- □ ダイエットをしている
- □ ストレスを感じる
- □ 最近睡眠不足である
- □ トイレで長時間いきむことが多い
- □ 便が硬い
- □ お酒を飲むのが好きだ
- □ 辛い料理が好きだ
- □ 腰まわりが冷えやすい
- □ 朝食を食べないことが多い
- □ 入浴はシャワーですませることが多い
- □ 野菜はあまりとらない
- □ トイレを我慢することが多い
- □ 水分をあまりとらない
- □ 出産経験がある
- □ 妊娠中である

チェック数 0 ～ 3 ＝ “ふつう”
チェック数 4 ～ 9 ＝ “やや高め”
チェック数 10 ～ 16 ＝ “高め”
チェック数 17 ～ 20 ＝ “要注意”

詳しくは「い～じ～net」http：//e-zi.net を参照