

# すこやか Sukoyaka

TSURUMI, Special edition

「炎症性腸疾患

「潰瘍性大腸炎とクローン病」

健康管理センター

「JA健康管理・維持・増進教室を

リニューアルしました！」

介護老人保健施設シエモア鶴見

「年末年始の行事食」

「インターネット上の書き込みなどに関する  
相談・通報窓口のご案内」



別府公園の梅の花

2025.February

Vol. 617

広報誌「厚生連だより」

## 炎症性腸疾患 ～潰瘍性大腸炎とクローン病～

消化器内科部長(兼)  
肝胆膵疾患センター副センター長 安部 高志



### 炎症性腸疾患とは？

広い意味で用いる場合は食中毒などの感染性腸炎といった腸に炎症を引き起こす全ての疾患を含みますが、臨床では一般的に「潰瘍性大腸炎」ならびに「クローン病」のことを指します。潰瘍性大腸炎は1875年に英国から、クローン病は1932年に米国から、それぞれ世界で初めて報告されました。この2つの疾患は、いずれも腸管に炎症をきたし、びらんや潰瘍などができ、様々な腹部症状をきたします。はっきりとした原因はまだ分かっておらず、残念ながら病気を完治させる方法もまだ見つかっていません。そのため治療してせっかく腸管の炎症が良くなっても(寛解と呼びます)、なかには炎症をぶり返してしまう方がいます(再燃と呼びます)。このように寛解と再燃を繰り返し、治療が長期に及び難渋することがあるため、この2つの疾患は厚生労働省が定める特定疾患(いわゆる難病)に指定されています。最近では、安倍晋三元総理が潰瘍性大腸炎を患い、政治活動に影響を及ぼした疾患として一時話題となりました。この2つの疾患は年々増加しており、2019年度で特定医療費受給者証をお持ちの(特定疾患の認定を受けた)患者さんは、潰瘍性大腸炎で12万人を、クローン病で4万人を超えています(図1)。なお、2015年施行の法改正により潰瘍性大腸炎の軽症者は助成対象から外れているため、軽症者を含めるともっと多くの患者さんがいるものと思われます。実際、2014年に厚生労働省が行った疫学調査では、潰瘍性大腸炎は約22万人、クローン病は約7万人以上の患者さんがいるとの推察があります。

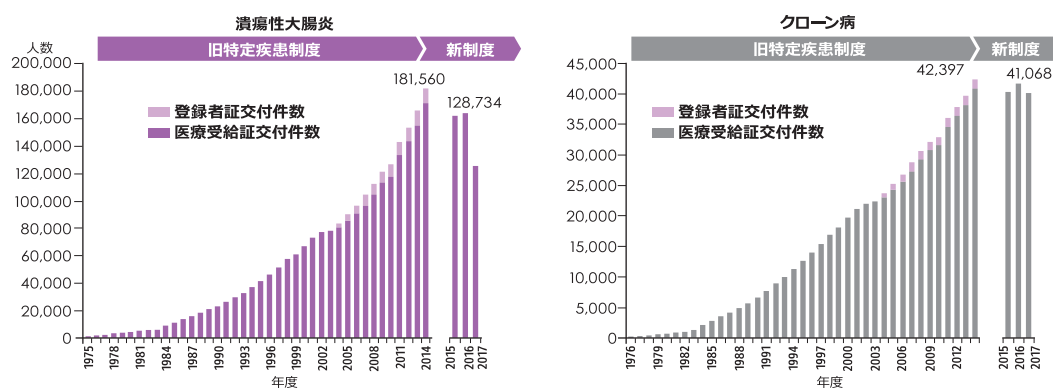


図1. 潰瘍性大腸炎、クローン病の受給者証交付件数の推移  
(厚生労働省難病情報センターホームページ <http://www.nanbyou.or.jp>より引用)

厚生労働省:衛生行政報告例

### 症状は？

いずれの疾患も消化管に原因不明の炎症をきたし、びらんや潰瘍などを作ることによって、様々な腹部症状を引き起こします。腸に炎症をきたす疾患として一見似たもの同士に思われるかもしれませんが、実際は全く異なる病態の疾患です。

潰瘍性大腸炎は主に大腸に、クローン病は口から肛門に至る全ての消化管に炎症を引き起こす可能性があります。多くは小腸と大腸に炎症をきたします。どこにどの程度の炎症が起こるのかにより症状は異なってきます。潰瘍性大腸炎は大腸に炎症をきたし潰瘍を形成するため、便からの

水分吸収が阻害され、潰瘍から出血をきたすことで、慢性的に持続する下痢や血便ならびに腹痛などが主症状となります。

クローン病は、小腸に炎症をきたすと栄養吸収が阻害されるため腹痛や栄養障害など、大腸に炎症をきたすと下痢や腹痛などが主症状となります。また、痔瘻などの肛門病変をきたしやすいことも知られており、若年者で難治性・再発性の痔瘻を契機としてクローン病が判明する患者さんも少なくありません。また、クローン病のやっかいな点として、炎症を起こしている期間が長くなると腸管が狭くなったり(狭窄)、周囲臓器と癒着したり、周囲臓器とつながる孔(瘻孔といいます)ができたり、強い炎症のために腸管の周囲に膿の塊(膿瘍といいます)を作って、腸管の機能障害や狭窄症状をきたすことが挙げられます。このように、患者さんの病状に応じた多彩な症状を示します。

大腸癌との関連性も指摘されており、特に潰瘍性大腸炎で炎症を起こしている期間が長くなると(特に10年以上経過すると)大腸癌の発生リスクが高まることが知られています。

なお、頻度は決して多くありませんが、関節や皮膚など、腸管外にも合併症をきたすことがあり注意が必要です。

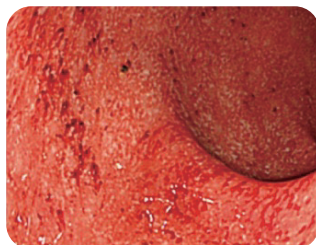
### 診断は？

いつ頃からどのような症状があるのかといった問診から始まります。その後に採血、便検査、CTやMRIなどを行いますが、実際の腸管の炎症を評価するために上・下部消化管内視鏡検査(いわゆる胃カメラと大腸カメラ)が必要です。潰瘍性大腸炎ならびにクローン病に特徴的な粘膜所見があるので、それらの所見がないか評価します(図2)。また、それぞれの疾患に矛盾しない顕微鏡所見があるので、内視鏡検査の時に組織を採取して病理検査(生体組織検査)まで行うことがほとんどです。クローン病では小腸に炎症をきたすことも多いため、小腸の粘膜評価のために小腸内視鏡検査を行うことがあります。これには内視鏡の器具の先端に小さな風船を装着したダブルバルーン小腸内視鏡や、口から飲み込む小さなカプセル型の器具を用いたカプセル内視鏡といった特殊な内視鏡を用いることもあります。これらの検査結果を総合して診断を行います。

健常者



潰瘍性大腸炎



クローン病



図2. 潰瘍性大腸炎、クローン病の内視鏡所見

### 治療は？

前述のようにいずれも原因がまだよく分かっていないため、完治させる治療方法は残念ながらまだ見つかっていません。そのため実際は、炎症がある状態(活動期といいます)からなるべく早く炎症のない状態(寛解期といいます)にするための治療を行います(これを寛解導入療法といいます)。寛解導入することができれば、その後再び活動期へ再燃させないように寛解期を維持させる治療を行います(これを寛解維持療法といいます)。

2000年頃までは、治療の基本となる薬剤のSASP(サラゾスルファピリジン)や5-ASA(5-アミノサリチル酸)もしくはステロイド製剤が主なもので、ほかに有効な治療薬がないのが実情でした。潰瘍性大腸炎はこれらで寛解導入できるケースが多いのですが再燃することがあったり、クローン病は寛解導入できないケースがあったり、治療効果が乏しい場合は以後の治療に難渋することとなっていました。腸管の炎症が強く症状が強い時には入院して絶食管理にして腸管を安静にすることにより腸管の炎症をなるべく鎮めるようにしますが、これらでも炎症のコントロールができない場合や、腸管の合併症をきたした場合は、外科的に手術を行うしかありませんでした。

しかし、近年有効性の高い新薬が次々に登場し、これまでの治療法を劇的に変えることとなりました。その皮切りとなったのが2002年に登場した、腸管の炎症に関与している体内の物質(TNF- $\alpha$ といひます)を阻害するという全く新しい作用機序のIFX(インフリキシマブ)という薬剤です。後に生物学的製剤と呼ばれる薬剤で、とても高い有効性が示され、特にクローン病に対する効果は絶大で治療方針は大きく変わりました。その後、同様の新しい生物学的製剤が次々に登場し、治療の選択肢が更に広がりました(図3)。また、潰瘍性大腸炎に関しては、2006年に免疫調節薬AZA(アザチオプリン)、2009年に免疫抑制剤TAC(タクロリムス)といった過剰な免疫細胞を抑える薬剤が使用できるようになりました。これらも高い治療効果が得られ、前述の生物学的製剤ともども治療の選択肢が広がっています(図4)。こういった新しい治療薬の登場により、これまで外科的に手術を行うしかなかった患者さんも手術を回避できるようになりました。しかし、残念ながらこれらの治療を行っても治療に難渋して、どうしても外科的に手術を行わざるを得ない方がいるのも事実です。また、多くの新薬が短期間に登場したため、どの薬剤をどのように使用するのが最も効果的なのか専門医の中でも考えがまだ統一されていないのが現状で、今後の検討課題となっています。

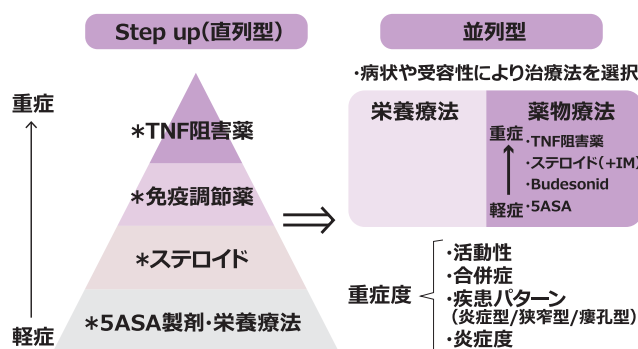


図3. クローン病の治療指針  
(中村志郎 他、日本消化器病学会雑誌、2018;115:233-243)

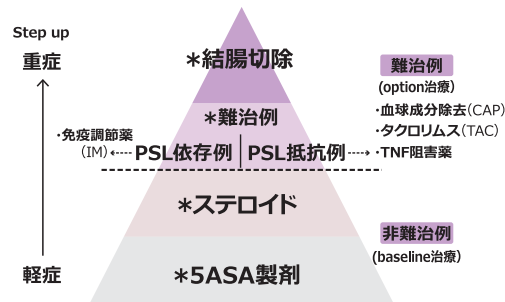


図4. 潰瘍性大腸炎の治療指針  
(中村志郎 他、日本消化器病学会雑誌、2018;115:233-243)

## 最後に

潰瘍性大腸炎ならびにクローン病の患者さんは年々増加しています。長期に持続する腹痛や下痢などの症状がある方は、この病気が潜んでいる可能性があります。気になる場合は一度病院を受診し検査を受けられることをお勧めします。この病気は慢性疾患であり治療は長期にわたることが多いですが、近年有効性の高い新薬が多く登場し治療の選択肢が広がっています。それぞれの患者さんに合った治療法があると思いますので、主治医の先生とよく御相談されることをお勧めします。





大分県厚生連  
健康管理センター

## JA健康管理・維持・増進教室を リニューアルしました！



健康管理センターでは、県内のJA女性部の方々を対象に健康教室を実施しています。

今年度、教室の見直しを行い、新たに12教室を準備しました。

肩こり・腰痛予防教室では、皆様に馴染み深いラジオ体操を取り入れています。

さらに、5年ぶりに調理実習を再開しました。私達の体にあった食事量や味付けを実習を通して確認していただく事ができます。

たくさんの方に教室にご参加いただき、ご自身の体や生活習慣を振り返るきっかけにいただければと思います。

リニューアルした教室メニューを御紹介します。

ご興味のある方は、最寄りのJA女性部担当者、または、当施設にお問合せください。

### 教室メニュー

#### 肩こり・腰痛予防

～ラジオ体操で体のコリをほぐそう～

#### がんをもっと知ろう

～がんを正しく知るために～

#### 健脚健口で元気に介護予防

～介護知らずの生活を送るために～

#### 認知症予防

～No!要介護、脳!活性化～

#### レインボー体操

～音楽に合わせて楽しく体操 健康いきいき～

#### 賢く食べる栄養

～10年後、20年後に差が出る食べ方ぜひお伝えします～

#### 心も身体もキラキラLife

～あなたらしく生活を送るために～

#### うす味適塩栄養

～今日からできる減塩テクニック～

#### コツコツ防ごう骨粗鬆症予防

～骨粗鬆症を正しく知るために～

#### らくらく献立料理

～あるものでなんとか、手間なく作れる栄養充実料理～

#### 今日から始める生活習慣病予防

～食事と運動を見直し生活習慣病を予防する～

#### オリジナル料理

～作って食べて、病気知らずの食べ方を再チェック～

### 健診結果をスマホでいつでも見られるようになりました！



健康番組を  
見ているとき



健診結果の共有



災害時の  
バックアップ

大分県厚生連健康管理センター

TEL:0977-23-7112 (代表)  
0977-75-6154 (予約専用)  
FAX:0977-23-7976  
<http://www.ok-kenkou.com/>





## 大晦日



- ・年越しそば
- ・ゆかりご飯
- ・湯豆腐
- ・しそ昆布

大晦日の夕食は、一年の災厄を断ち切り健康や長寿の願いを込めた年越しそばです。

## 元 日



- 朝食：・お雑煮  
・伊達巻  
・紅白かまぼこ  
・黒豆

- 昼食：・ゆかりご飯  
・ぶりの照り焼き  
・きんとん  
・数の子  
・お吸い物



元日は、黒豆や伊達巻、数の子、昆布巻きなどのおせち料理で新年をお祝いしました。お雑煮には、舌でつぶせるやわらかい餅風ムースを使用し、嚥下の悪い方でも安心して召し上がりがいただけます。

## 正月祝い膳



- ・赤飯
- ・お祝い碗
- ・天ぷら盛り合わせ
- ・オレンジ
- ・紅白なます

お正月のおやつ  
練り切り



デイケアのご利用者さまの新年初日は、赤飯、天ぷら、紅白なますの祝い膳でお迎えしました。  
特に赤飯や天ぷらは華やかで皆さんとても喜んでいただきました。

## 1月誕生会



- ・しらすと生姜の炊き込みご飯
- ・かぶの赤だし
- ・天ぷら盛り合わせ
- ・甘酢生姜
- ・春菊の白和え
- ・いちご

## 宮崎県

## 日本全国ご当地料理

- ・チキン南蛮
- ・ざぶ汁
- ・めた芋
- ・マンゴープリン

今回の「日本全国ご当地料理」は宮崎県です。  
宮崎県延岡市が発祥として知られる「チキン南蛮」は定番ですが、里芋を使った「めた芋」や根菜類など色々な食材をざぶざぶと煮ることから名前がついた「ざぶ汁」はなじみのない方がほとんどでしたが、「初めて聞いたけどおいしかった」とご感想をいただきました。

不定期ですがこれからも日本全国のご当地料理をお楽しみいただけます。



## NOTICE

### 別府警察署より感謝状を贈呈されました



令和6年12月25日（水）に別府警察署（染矢憲康署長）より、警察業務への支援などに貢献したとして、鶴見病院を含む4個人、4法人、3団体に感謝状が贈呈されました。鶴見病院においては、検視時の画像診断など円滑な検視業務の遂行を支援したとして感謝状を贈呈されました。染矢署長は「継続して協力していただくことは難しいことだと思いますが、皆さま方の永年にわたる協力に感謝します。」と感謝の意を表されました。



左：染矢署長

右：加賀院長

今後も、地域医療を担う病院として、地域の安全、安心な暮らしへの一助として協力してまいりたいと思います。

# インターネット上の書き込みなどに関する 相談・通報窓口のご案内

対面 電話 メール チャット SNS 左記マーク以外は各機関のWebフォームから相談

インターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害等のトラブルにあった

解決策について相談したい

悩みや不安について話をしたい

**心のSOS まもろうよこころ (厚生労働省)**  
[www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro](http://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro)  
 生きるのがつらいほどの悩みや不安を抱えている方に対して、気軽に相談できる窓口を紹介しています。

インターネット上の違法・有害情報を見つけた

違法薬物の販売情報、違法なわいせつ画像、児童ポルノ、爆発物・銃砲等の製造、殺人や強盗等の犯罪行為の請負・仲介・誘引、自殺の誘引・勧誘などを通報したい

どうしたらよいか分からない

ネット上の書き込み・画像を削除したい

書き込んだ相手に損害賠償を求めたい

身の危険を感じている／脅迫されている・犯人の捜査、処罰を求めたい

弁護士または

**法的トラブル解決のための「総合案内所」 法テラス**  
 0570-078374 [www.houterasu.or.jp](http://www.houterasu.or.jp)  
 問合せ内容に応じて解決に役立つ法制度や相談窓口に関する情報を案内します。経済的に余裕のない方を対象に無料の法律相談や弁護士費用等を立て替える制度があります。(要件確認あり)

**サイバー犯罪の情報提供、相談窓口**  
 警察または居住地のサイバー犯罪相談窓口  
[www.npa.go.jp/cyber/soudan.html](http://www.npa.go.jp/cyber/soudan.html)

ネットトラブルの専門家に相談したい

人権問題の専門機関に相談したい

プロバイダ等に削除を促してほしい(民間機関)

有害情報も通報したい(民間機関)

**迅速な助言 違法・有害情報相談センター (総務省)**  
[www.ihaho.jp](http://www.ihaho.jp)  
 相談者自身で行う削除依頼の方法などを迅速にアドバイスします。インターネットに関する技術や制度等の専門知識や経験のある相談員が、人権侵害に限らず、様々な事案に対して幅広くアドバイスします。

**削除要請・助言 人権相談 (法務省)**  
 0570-003-110 [www.jinken.go.jp](http://www.jinken.go.jp)  
 相談者自身で行う削除依頼の方法などの助言に加え、法務局が事業としてプロバイダ等に對する削除要請を行います。  
 ※削除要請は専門的な知識を有する法務局が違法性を判断した上で行うものでありこの判断には時間を要する場合があります。

**プロバイダへの連絡 誹謗中傷ホットライン**  
[www.saferinternet.or.jp/bullying/](http://www.saferinternet.or.jp/bullying/)  
 インターネット上の誹謗中傷について連絡を受け付け、一定の基準に該当すると判断した場合には、国内外のプロバイダに各社の利用規約等に沿った対応を促す連絡を行います。

**迅速な削除の要請 セーフライン**  
[www.safe-line.jp](http://www.safe-line.jp)  
 インターネット上の違法情報や有害情報の通報を受け付け、国内外のサイトへの削除の要請や、警察等への通報を行います。リベンジポルノの被害に遭われた方、いじめの動画画像の通報も受け付けています。

**サイトへの削除依頼 インターネット・ホットラインセンター (警察庁)**  
[www.internethotline.jp](http://www.internethotline.jp)  
 インターネット上の違法情報及び重要犯罪関連情報、自殺誘引等情報の通報を受け付け、ガイドラインに基づいて緊急性の判断を行い、警察への情報提供とサイトへの削除依頼をします。

※上記機関以外に、一般的な情報セキュリティ(主にウイルスや不正アクセス)に関する技術的な相談に対してアドバイスを提供する窓口としてIPA「情報セキュリティ安心相談窓口」があります。  
 ※上記のほか、学校や地方公共団体にある相談窓口も活用してください。

大分県厚生連健康管理センター  
農協関係者健診受診者数

| JA 名      | エリア名    |      | 受診者数  |
|-----------|---------|------|-------|
| JA おおいた   | 東部エリア   | 国東   | 81    |
|           |         | 姫島   | 3     |
|           |         | 杵築   | 80    |
|           |         | 山香   | 1     |
|           | 中部エリア   | 大分   | 44    |
|           |         | 由布   | 35    |
|           | 南部エリア   | 臼杵   | 31    |
|           |         | 野津   | 2     |
|           |         | 佐伯   | 20    |
|           | 豊肥エリア   | 豊後大野 | 40    |
|           |         | 竹田   | 40    |
|           | 北部エリア   | 豊後高田 | 30    |
|           |         | 中津   | 29    |
|           |         | 宇佐   | 50    |
|           |         | 安心院  | 15    |
|           | 西部エリア   | 日田   | 21    |
|           |         | 玖珠   | 33    |
|           |         | 九重   | 4     |
| JA べっぴん日出 |         |      | 84    |
| 大分大山町農協   |         |      | 0     |
| 下郷農協      |         |      | 3     |
| 合 計       |         |      | 646   |
|           | 12月受診者数 |      | 3,252 |

編集後記

寒さの中にも少しずつ春の気配が感じられる2月。年度末が近づき、慌ただしさを増す時期でもあります。皆さんはいかがお過ごしでしょうか。ふとした瞬間に春の兆しを感じられるように小さな変化を楽しんでいきましょう。 N.S

