

会 師 市 牧 小 苦
 医 師
 横 田 稔

胃 と ストレス 潰瘍 十二指腸

複雑、多様化した現代社会では、ストレスの種は尽きません。胃潰瘍（かいよう）および十二指腸潰瘍の患者では、大多数（八八％）の人に、発病時までには何らかの精神的あるいは肉体的なストレスがあったと報告されていきます。

ひと昔前まで、胃潰瘍・十二指腸潰瘍は成人の病気というのが常識でしたが、最近では高齢

者、子供の潰瘍も珍しくなくなってきました。

最近、良い薬が開発され、消化性潰瘍で手術を必要とする人は非常に少なく、百人に三―四人といわれています。また、入院を必要とする患者は一割、通院治療が九割と、ほとんどが外来通院で治療するようになっております。しかし、時に痛みが激しい場合、吐血や下血（便

に血が混じる）があるとき、貧血がみられるときは入院が必要となることがあります。

特效薬の開発で、潰瘍そのものを治すことは難しくなくなつたものの、消化性潰瘍に残された問題は再発です。胃潰瘍で三〇―五〇％、十二指腸潰瘍で七〇―八〇％が、一年以内に再発されるからです。消化性潰瘍の四〇％は患者の

イライラの原因を取り除く

環境を変えるだけで治るといわれております。そのため、会社を離れるため、入院治療を希望するサラリーマンも少なくありません。

潰瘍になりやすい人にほぼ共通している性格は、自分の感情を必要以上に抑え、常に受け身の姿勢で環境に順応しようとしすぎることです。いわゆる内向的な性格で、悩みや責任を自分

一人で抱え込んでしまうタイプの人であります。これでは、ストレスはたまるばかりです。

精神的ストレスを避けるには、まず生活を規則正しくすることが重要です。また、職場や家庭などから「イライラの原因」を取り除く努力も欠かせません。もちろん、だれでもイライラしたくてイライラするわけではなく、精神的ストレスは現代人の宿命ともいえますが、スポーツや趣味などで、気ままに楽しめる時間を持つようにしたいものです。

