

知っておきたい「大腸憩室(けいしつ)症」

～突然の**赤い血便**や、**お腹の痛み**に要注意!～

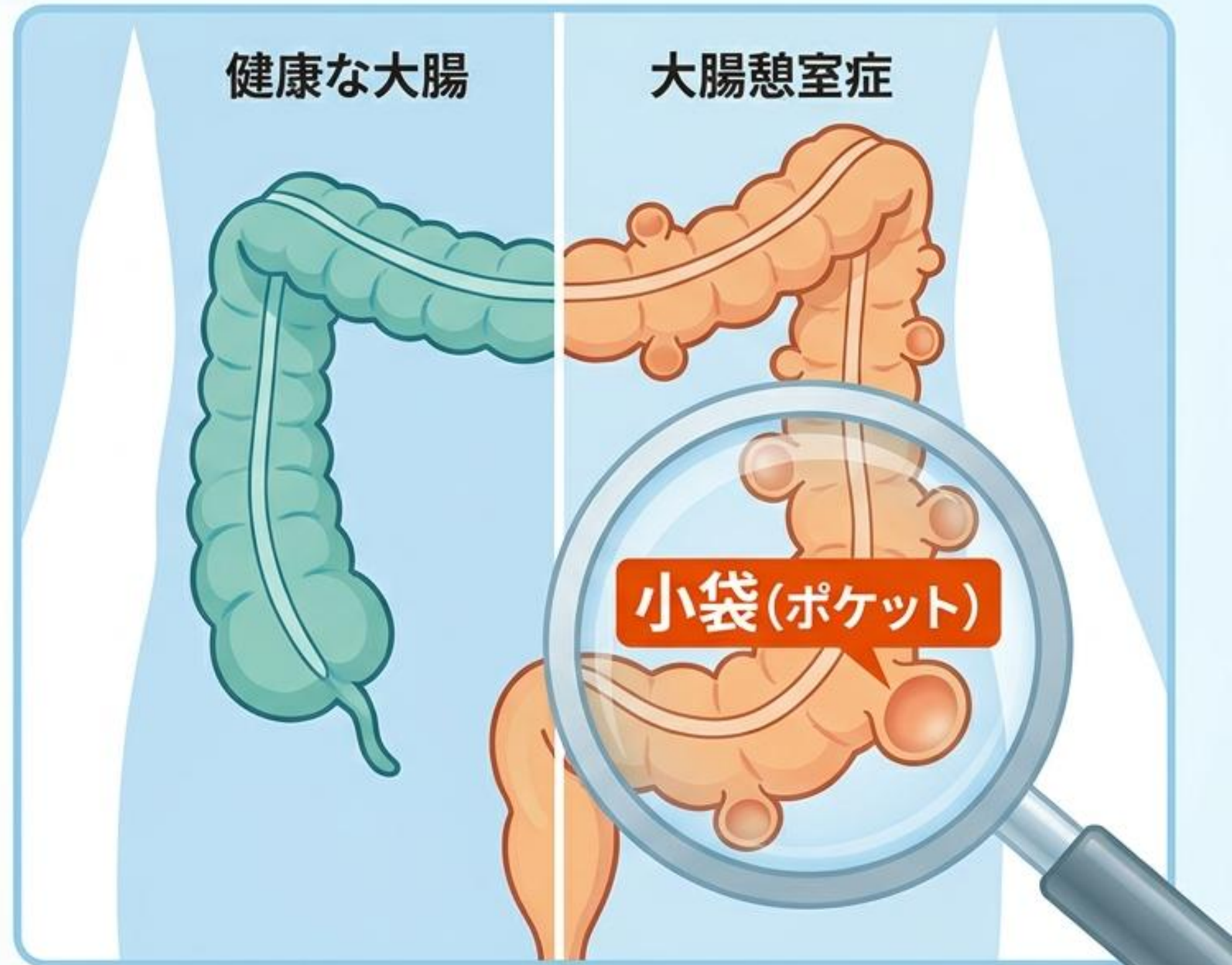


大腸憩室症とは？ 腸の壁にできる「小袋」です

- ▶ 加齢とともに腸の壁が弱くなり、外側にポコッと押し出されたポケット（憩室）ができる状態です。

急増：
60歳以上で
急激に増えます！

- ▶ 性別：とくに男性に多い傾向があります。



注意すべき「2つのトラブル」

憩室があるだけでは無症状ですが、時に大きなトラブルを起こします。

【トラブル①：憩室出血】

痛まない

突然の赤い血便



【トラブル②：憩室炎】

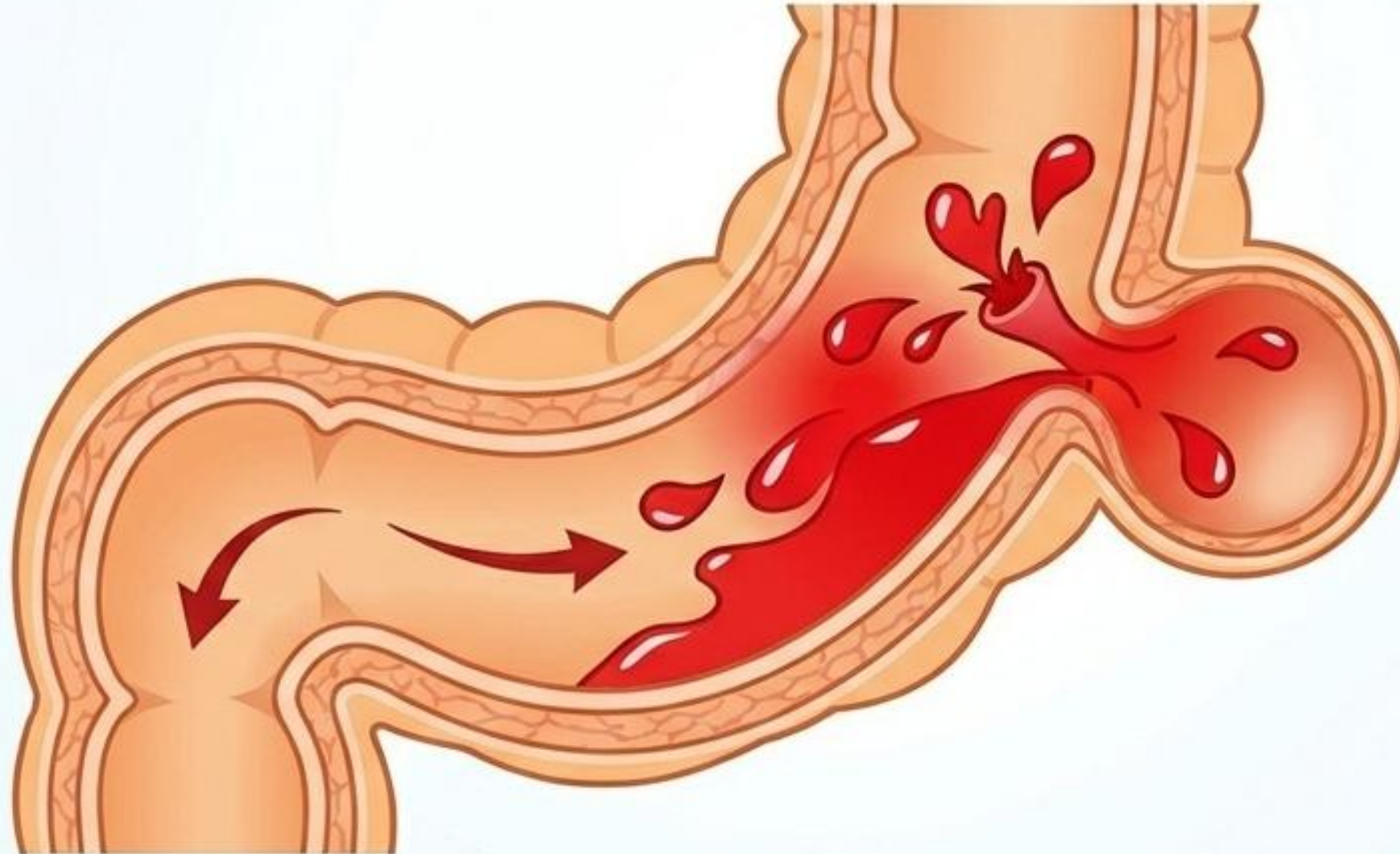
痛い

激しいお腹の痛み・発熱



トラブル①「憩室出血」～下部消化管出血の原因No.1～

お腹は痛くないのに、トイレで突然「赤い血便」が出てびっくり！
憩室の中の細い血管が切れて出血する状態です。



出血が止まっても、自己判断は禁物！

安静にしていれば、
多くは自然に血が止まります。



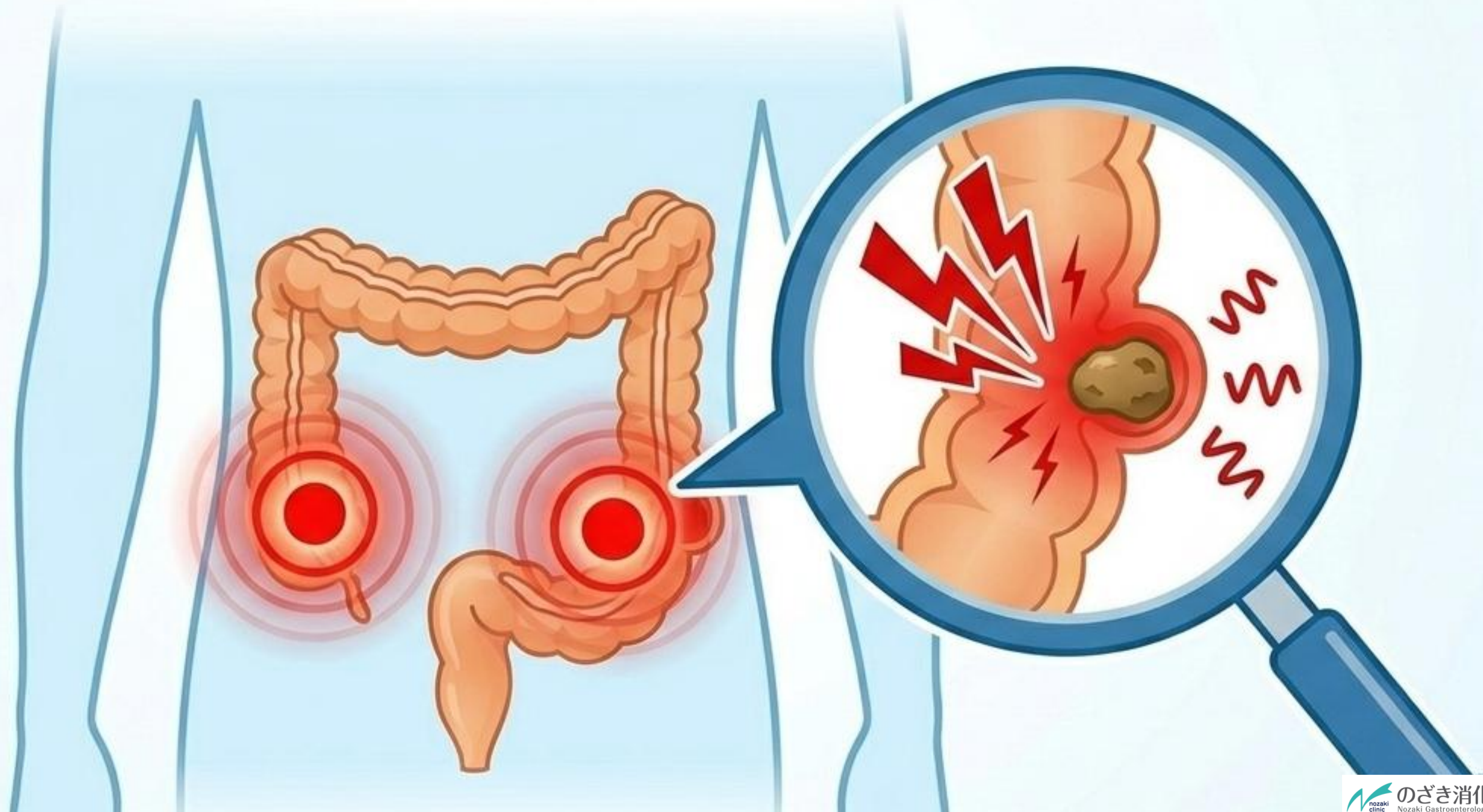
再発率：約19~35%!

1年以内

何度も繰り返すリスクがあるため、
必ず専門医の検査が必要です。

トラブル②「憩室炎」～激しい腹痛と発熱～

小袋(憩室)に便が詰まって細菌が繁殖し、炎症を起こす状態です。
主な症状：右下腹部、または左下腹部のズキズキとした痛み、違和感、発熱。



憩室炎の最新治療(ガイドライン2026)

- まずはCT検査で重症度を正確に診断します。
- 軽症の場合、無理な入院や抗菌薬(抗生物質)を使わず、外来での経過観察(通院)で治せるケースが増えています。



発症・再発を招く「4つのリスク」

こんな生活習慣やお薬がリスクを高めます。



痛み止め・血液サラサラの薬



過度な飲酒



喫煙



内臓脂肪・肥満

今すぐできる！憩室のトラブルを起こさないための「予防習慣」

- 節酒・禁煙・内臓脂肪対策
- 便秘を整える（食物繊維を摂る）



【注目】ごぼう茶の摂取
（再発を予防する効果が
報告されています！）

お腹の異変を感じたら、すぐにご相談を！

- 🏥 ・突然の「赤い血便」  
- ❤️ ・激しい「お腹の痛み」「発熱」

これらがあれば、迷わず当院を受診してください。

早期の検査（CT・内視鏡）が安心への第一歩です。



【消化器内科】

のざき消化器IBDクリニック

受付、看護師へお声かけ下さい

