

お腹の不調、長く続いていませんか？

「炎症性腸疾患（IBD）」を知っていますか？



IBD（炎症性腸疾患）とは？

大腸や小腸などの消化管に、慢性の炎症が起きる原因不明の病気です。



適切に治療すれば、
普通の生活を送ることができます。

IBDを代表する「2つの病気」



潰瘍性大腸炎



クローン病

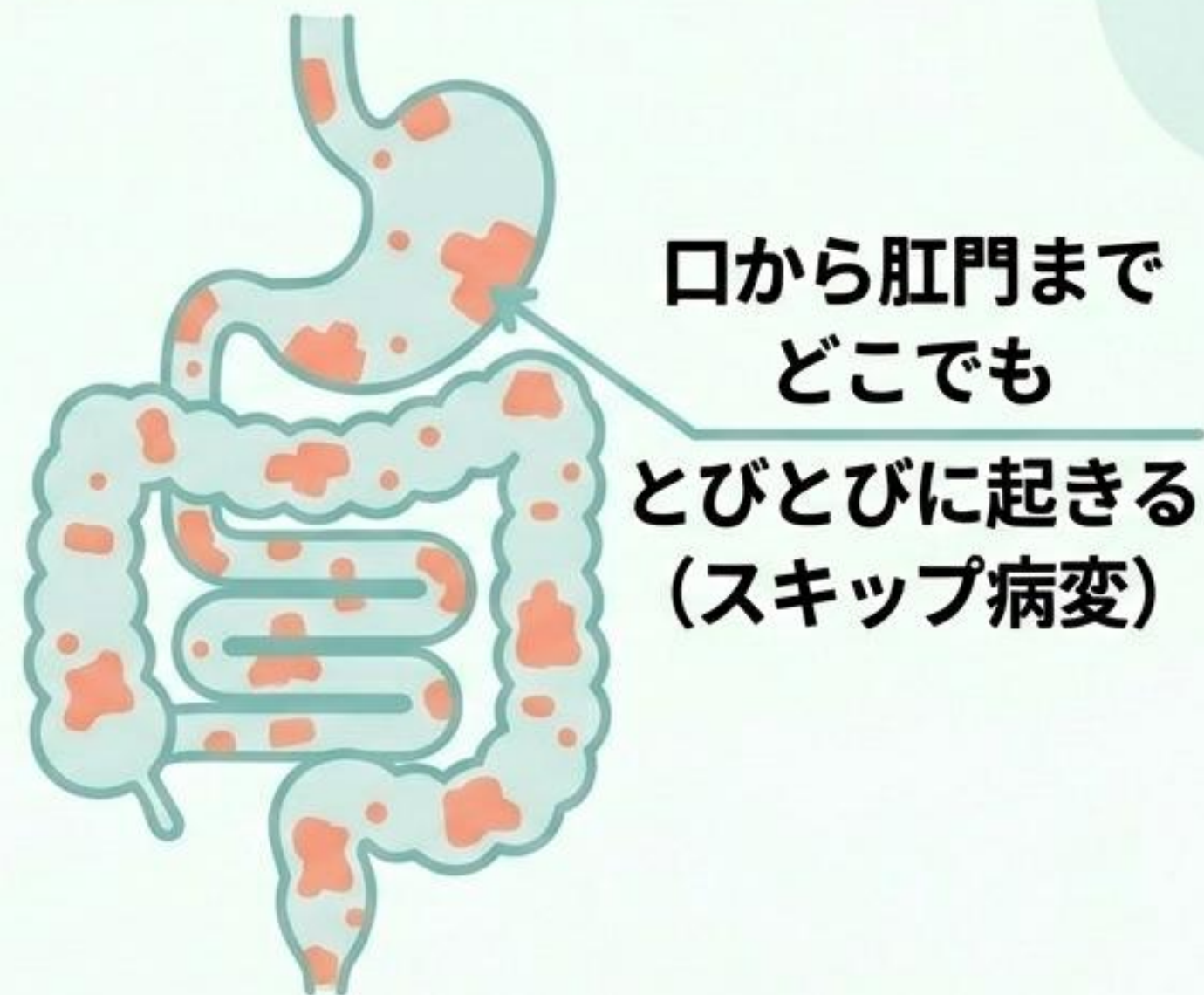
どちらも厚生労働省から「指定難病」に認定されている、
息の長いお付き合いが必要な病気です。

どこに炎症が起きるの？

潰瘍性大腸炎



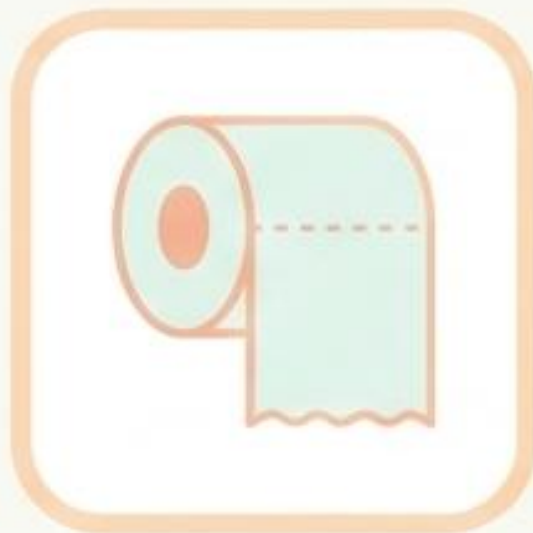
クローン病



こんな症状はありませんか？



腹痛



慢性的な
下痢



血便



体重減少



発熱

症状は個人によって様々です。

潰瘍性大腸炎とクローン病の違い

	潰瘍性大腸炎	クローン病
主な病変部位	大腸	口から肛門の全消化管
炎症の広がり方	連続的につながる	とびとびに起きる (非連続的)
炎症の深さ	比較的浅い (粘膜層)	深い (腸管の全層)
特徴的な症状	血便が多い	腹痛、体重減少、 痔ろう (肛門病変) など

日常生活のポイント①：食事と休養



食事: バランス良く。
クローン病の方は
「低脂肪・低残渣
(低食物繊維)」が
基本です。



睡眠:
睡眠不足や過労
を避け、規則
正しい生活を。



ストレス:
ストレスは再燃の
きっかけに。無理を
せずリラックス。



禁煙:
腸の健康のために
禁煙を心がけま
しょう。

日常生活のポイント②：お薬と通院

症状が落ち着いている
「寛解期」でも、お薬を続
けることが一番大切です。

自己判断で薬をやめず、定期的な通院を
守ることで、再燃（症状の悪化）をしっ
かり防ぎましょう。



知っておきたいサポートと備え



医療費助成: 国の「指定難病」に認定されており、要件を満たせば医療費の助成が受けられます。



ヘルプマーク: トイレの利用など、周囲の配慮が必要なことを知らせるマークを活用しましょう。



災害時の備え: お薬手帳の携帯、数日分のお薬や非常食、ストーマ装具の備蓄をしておきましょう。

気になる症状は、お気軽にご相談ください



不安なこと、困っていることがあれば、一人で抱え込まずに
本日の診察で医師や看護師にお話してください。
あなたに合った治療法を一緒に見つけていきましょう。