

しずおか中部IBDですよっ！

今回は2010年6月26日に開催された情報交換会のダイジェストをご紹介します！

はじめに

例年になく暑さが過ぎ、過ごしやすい季節となりましたが皆さんいかがお過ごしですか？

今回の会報は、6月26日に行われた患者会情報交換会の模様をお送りします。ゲストとして、みなと薬局の薬剤師さんをお迎えし、参加者が日頃から疑問に思っている事を中心に、最新の治療についてお話をお聞きしました。また、体験談を聞いた患者さんによる感想が寄せられていますので、後半でご紹介します。

炎症性腸疾患に使用される漢方薬について

- 漢方薬のみで、炎症性腸疾患の治療を行うケースはあまりありません。
- ペンタサ錠やステロイドなど、他の薬剤の補助的な役割で使用されます。
- 漢方薬は、証という東洋医学独特の診断方法で患者さま一人一人に合ったお薬が選ばれます。
- 漢方薬は副作用が少ないというイメージがありますが、それは間違いです。副作用もありますし、飲み合わせが問題になるケースもあるので、必ず医師の指示通りに使用しましょう。
- また、漢方薬やサプリメントの中には、難病が治ったという誇大広告により高額で販売されているものがありますので注意が必要です。あくまで現在の治療の中心はペンタサやステロイド、レミケードなどのお薬ですので、やはり医師とよく相談していただくことが望めます。
- 一部の患者さまのなかで、広島漢方がよく効く、というお話が広まっているようです。この広島漢方というものは、広島にあるクリニック独自で調合された漢方なのですが、詳しいことは公表されていません。噂によるとセイタイという植物を原料としたもので、インディゴという藍染やジーンズを染める染料を含むものようです。効果があるかは不明ですが、生薬として認められていない原料を含むものですので、食品としての取り扱いになると思われます。インターネットで検索すると、このセイタイが良く効く！という患者さまの日記が見つかりますが、効果のほどは今のところ科学的には実証されていません。

炎症性腸疾患と喫煙の関係について

- タバコには有害な物質が多く含まれており、体内のあらゆる臓器に悪影響を及ぼすので、禁煙は奨励されています。
- 一方で、潰瘍性大腸炎の方が喫煙することで症状が良くなる場合があります。これは、タバコに含まれるニコチンに腸の炎症を抑える働きがあるためだといわれていますが、明確に実証はされていません。
- 潰瘍性大腸炎の喫煙者が禁煙すると再燃することがあると報告されていますので、注意が必要です。その際は、ニコチンパッチを使用する禁煙方法があります。
- ニコチンパッチとは、ニコチンを含む貼り薬で、少しずつニコチンを減らしていくことで、急に腸の症状が悪化することを防ぎ、楽に禁煙できると考えられます。
- 禁煙治療はいくつかの方法があり、患者さまの状態によっても異なりますので、医師と相談して禁煙しましょう。

- また、ニコチンが炎症を抑えるからといって喫煙を継続したり、無理に喫煙することはありません。禁煙したいけれど IBD が悪化するの心配！という方向けの方法で、IBD の治療のための方法ではありません。ニコチンパッチは、あくまで禁煙を助けるお薬です。医師から処方されるペンタサヤアサコールなどの消化管の炎症を抑える医薬品は、高い効果がきちんと証明されているので、IBD の治療に対してはこのようなお薬をしっかりと服用しましょう。

炎症性腸疾患に使用されるサプリメント

- **魚油**：EPA や DHA を含む魚油には、炎症を抑える働きがあります。また、血圧を下げる働きや血液をサラサラにする働きもあるので、血圧を下げる薬や血液をサラサラにする薬を服用している方は注意が必要です。長期使用の場合はビタミン E が少なくなるリスクがあります。
- **オオバコ**：サイリウムやイスパキュラと呼ばれることもあります。水溶性・不溶性の食物繊維をバランス良く含み、便秘や過敏性腸症候群、潰瘍性大腸炎の症状緩和に用いられます。摂取する際は十分な水分補給が必要となります。オオバコアレルギーがある方は使用できません。また、食道疾患、胃腸狭窄、嚥下困難がある人や、以前腸の手術を受けた方も使用を避けて下さい。薬と飲み合わせが問題になる場合がありますので薬剤師に相談していただいたからの使用をお勧めします。
- **マルチビタミン・ミネラル**：炎症性腸疾患の患者さんにおいては、さまざまなビタミン・ミネラルの不足や欠乏が確認されています。また、腸の粘膜における抗酸化防御力も低下しているため、抗酸化物質のサプリメントの摂取も望ましいとされています。
- 特に、**葉酸**は炎症性腸疾患の患者さんの 25～60%に欠乏がみられ、腸の粘膜細胞の構造変化にかかわり、消化機能障害にかかわっているとされています。
- **亜鉛**は、クローン病患者の約 45%に欠乏がみられ、免疫力の低下や食欲不振、皮膚の病変の合併にかかわっているとされています。ただし、クローン病の活動期に摂取しても症状が緩和される効果はないとされていますので、あくまで予防的な使用として使用していただきたいものです。
- これらのビタミンやミネラルの中にはお薬と飲み合わせが問題になるものもありますので、こちらも薬剤師に相談してからの使用をお願いいたします。
- **プロバイオティクス**：健康上の利益を与える生の菌のことを言います。腸内細菌のバランスを整えることで腸の健康を維持し、消化を助け、悪玉菌が増えることを防ぎます。

クローン病とペンタサ錠

- クローン病では、ペンタサ錠が使用されます。
- アサコール錠が大腸でのみ効果を発揮するのに対し、ペンタサ錠は飴玉が少しずつ溶けるように少しずつメサラジンを放出させます。そのため、大腸の手前の小腸でも効果があるといわれています。
- しかし、胃や十二指腸などの上部消化管ではメサラジンはほとんど溶けださないように作られています。そのため、胃や十二指腸などで炎症が起こった場合には、ペンタサ錠を服用しても効果はほとんど期待できません。
- このような場合、ペンタサ錠を粉砕して使用する方法があります。
- ペンタサ錠を粉砕することによって、中に閉じ込められていたメサラジンを、胃や十二指腸などの上部消化管にも届けることができます。
- また、錠剤を水に溶かして口をすすいでから飲み込むことで、口内炎の予防にも有効です。

- ただし、これらのような錠剤以外の形でのペントサ錠の使用方法は、一般的な使用方法ではありません。必ず医師の指示通りにお薬を使用しましょう。

ペントサ錠とアサコール錠

- 現在の潰瘍性大腸炎の治療の中心になっているのは、ペントサ錠、アサコール錠です。この二つはメサラジンという同じ有効成分を含む薬剤です。有効成分のメサラジンは炎症部分にある活性酸素を除去し炎症を改善する働きがあります。
- しかし、メサラジンはそのまま飲み込むと大腸に届く前にほとんどが小腸で吸収されてしまい効果を失ってしまいます。
- このメサラジンが大腸まで届くようにしたお薬がペントサ錠、アサコール錠です。
- ペントサ錠はカプセルに入った小さな飴玉をたくさん集めて固めたような錠剤です。カプセルが溶けた後、飴玉のようにゆっくり溶けて大腸までメサラジンを届けます。
- アサコール錠は特殊なフィルムでコーティングした錠剤です。このフィルムは胃や小腸では溶けず、大腸に到達してから初めて溶けだすように作られています。



薬剤師さんからの最新治療についての説明がありました



体験談のお話

ペントサ錠に関する質疑応答

- ペントサの副作用について咳、息苦しいなどという副作用が出たのですが、他に気になる副作用はありますか？
回答 肺障害0.01から0.1% 免疫抑制剤等の併用でも咳などの症状が出ることもある。
- ペントサの胎児への影響は？ 男性患者さんからの質問。
回答 女性も男性も問題ありません。授乳の方は△（母乳へ移行→乳児が下痢を起こす）
それは、薬理作用によるものです。
サラゾピリンは、× 催奇形成、精子異常報告有り
サラゾピリンからペントサへ切り替えることで、妊娠に成功した事例報告有り。

体験談

今回の情報交換会では、先輩患者による体験談のコーナーがありました。以下にその体験内容と、それを聞いた会員による感想をご紹介します。

クローン病の患者さんの体験談

子供の野球の付き添いにいくと付き合いもあるので、エレンタールを溶かして飲んだりしてられない。食事療法を諦めた。

そんなことをしているうちに状態が悪くなり、一時人工肛門の手術を受けた。ある時期

を過ぎるとつなげる事ができなくなり一生人工肛門を付けなければならないと言われたが、もうこのままでいいやと思い、元に戻す手術を受けるのをやめた。

(感想) この方は体格もりっぱで陽に焼けていてスポーツマンタイプ。病人のように全然見えない。誰でもできれば手術はしたくないと思うのが人情だが、こういうのも潔くていいと思いました。しかし私は潰瘍性大腸炎で、入院した時手術の話もでたのですが(全大腸切除) がんばって断ってしまいました。

それから3年経ち、今日にいたるまでずっと良くなったり悪くなったりです。病気になったのも何か無理な生き方を気づかせてくれるためだなあとと思います。主治医の先生、看護婦さん、入院の時世話になった実家の親、家族、友人、患者会の方の力添えを受け、元気に生活できるよう日々努力しています。

潰瘍性大腸炎の患者さんの体験談

足に肉切れができ、整形外科で治療を受けていたがよくなる。皮膚科へいったところ、潰瘍性大腸炎の合併症の壊疽性膿皮症と確定診断をつけてくれた。ステロイドの治療を受けてよくなってきた。

(感想) 病院の先生もご自身の専門以外の病気だとわからないことがある。これはおかしいと直感したら、病院を変えてみた方がいいと思った。

編集後記

久しぶりの情報交換会でしたが、参加者のみなさんはいかがだったでしょうか。患者会では、今後も各種のイベントを企画しており、サイゼリア第2弾や、グラウンドゴルフ大会など候補が出ています。立案に関わりたいというスタッフ希望の方の参加表明をお待ちしております。

☆各種お問い合わせ☆ ー交流会や各種お問い合わせは下記までお願いしますー

★しずおか中部 IBD 事務局★
電話: 054-264-2250
FAX: 054-246-6011
E-MAIL mami-luka@vc.tnc.ne.jp
sanotadashi@nifty.com