

放射線科だより



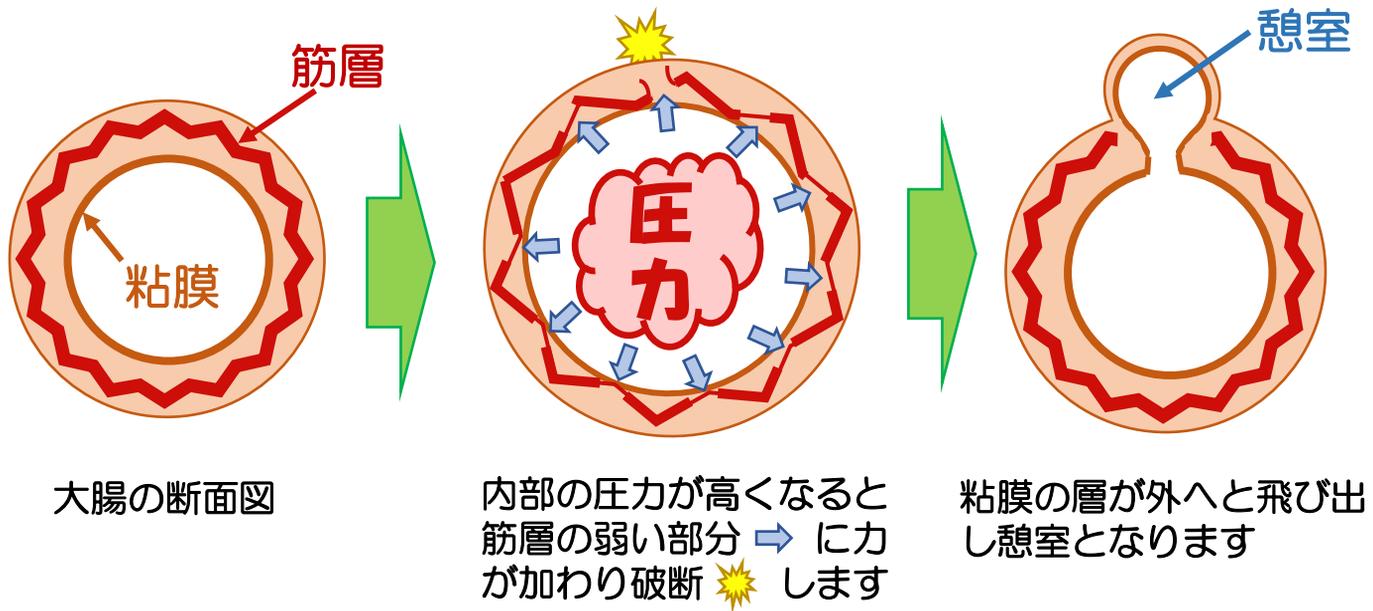
令和7年2月7日
診療放射線科 渡辺 隆司

《大腸憩室》

・ 大腸憩室（だいちょうけいしつ）とは？

^{けいしつ}憩室とは、消化管（食道・胃・十二指腸・小腸・大腸）の壁の一部が内側からの圧力によって風船が膨らむように外側へと飛び出し、小さな部屋ができた状態をいいます。

消化管の筋層の弱い部分に圧力がかかるとその部分が破断し、粘膜の層が外へ飛び出すことで生じます。



憩室はすべての消化管にできますが、今回は日本人に一番多く見られる「大腸憩室」についてのお話です。

大腸に憩室ができること自体は病気とは言えません。便が通過するとき、一時的に溜まることはありますが、通常は消化管の動きによりきれいに排出されるので（便の「休憩室」と考えるとイメージしやすいと思います）、憩室が存在するだけでは特に症状が見られることはありません。しかし、何らかの理由で溜まった便がそのままになってしまうと、憩室炎や憩室出血といった症状をひき起こします。

・憩室炎（けいしつえん）

憩室に便が長時間溜まった状態になってしまうと、そこで細菌が増殖し、炎症を引き起こします。腹痛・下痢・便秘・発熱といった症状がみられます。

悪化すると、膿が溜まり膿瘍ができたり、腸に穴が開く消化管穿孔を起こします。

・憩室出血（けいしつしゅっけつ）

憩室炎が続いたり、固い便や圧力による刺激によって憩室内部の血管が傷つき、腸内に出血を生じます。

痛みを伴うことはあまりなく、突然、血便や下血といった症状がみられます。

憩室炎・憩室出血は症状が軽い場合は、食事を止めて腸を休めたり、薬での治療が中心です。ただし悪化した場合は緊急手術が必要となる場合もありますので注意が必要です。

大腸憩室は自覚症状はほとんどなく、健康診断や他の病気で受けた検査（大腸カメラ・バリウム検査・CTなど）で偶然見つかる方も多くいます。

また、憩室は1個だけでなく複数できる場合が多く、一度できてしまった憩室は自然となくなることはありません。憩室を「作らない・増やさない」ことが、とても大切です。

憩室ができる原因としては、加齢による腸の衰えによるものもありますが、**腸内の圧力が高くなることが一番の要因**とされています。

◎憩室を予防する生活習慣としては

○便秘をなくす

肉類・脂質は摂りすぎない

野菜や穀物、豆類などの食物繊維を多く摂る

食べ過ぎをしない

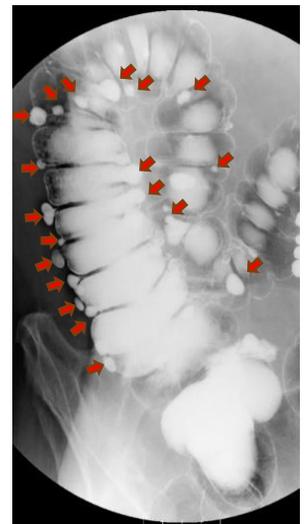
○適切な体型を維持する

太り気味だと⇒ 内臓脂肪の増加⇒ 腹圧が増加する

痩せすぎだと⇒ 栄養不足 ⇒ 筋肉が弱る

○定期的に健診を受ける

などが大切です。



大腸憩室の
バリウム検査画像
(↑ はすべて憩室です。)

・気になる症状がございましたらお気軽にご相談ください。