



# みどり



## 143号 『胆石症』

2020年2月1日発行／編集責任者 田中 眞／毎月1日発行／群馬県藤岡市篠塚105-1  
<http://www.shinozuka-hp.or.jp/center/>

令和2年も2月になりますが、年末年始は「なんとなく胃がもたれるな、おなかが痛いな」と感じた方もいたのではないのでしょうか。

今月は食後に腹痛をおこすことがある「胆石症」についてお話しします。

### 胆石症

最初に、「胆嚢」の説明からしようと思います。胆嚢は肝臓の右下の部分に付着している臓器で、茄子のような形をしており、長さは7～10cm、幅は3～4cmほどです。胆嚢は「胆汁」を蓄えて濃縮し、食事が胃から十二指腸に入ると収縮して胆汁を十二指腸に排出します。

その「胆汁」は肝臓で一日500～800mlほど分泌される黄褐色の液体で、食事で摂取した脂肪分の消化や吸収を助ける働きがあります。胆汁は肝臓で生産された後、「胆管」という細い管を通過して十二指腸に排出されて消化を助けるのですが、その肝臓、胆管、胆嚢の経路のどこかで石ができる状態をまとめて「胆石症」と呼びます。

胆石はほとんどが胆嚢でつくられる胆嚢胆石です（約80%）。肝臓内（1%）、胆管（20%）にできることもあります。今回は主にこの胆嚢結石についてご説明します。

食生活の欧米化にともない、日本でも胆石を

もつ方の割合は増えており、成人の10～20%の方は胆石をもっているといわれています。

胆石にもさまざまな種類がありますが、ほとんどは、胆汁内のコレステロールの結晶化にともなっておこるコレステロール結石です。

石の大きさは砂粒程度のものから、小石程度の大きさまでと様々で、個数も数個の場合であれば、数十個以上の場合もあります。

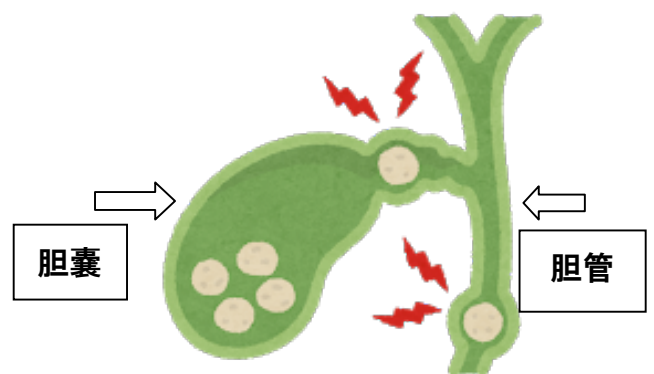


図1:胆嚢内と胆管内の胆石

### 胆石症の症状

胆石があっても必ずしも症状がでるわけではありません。症状をおこさない「無症候性胆石」のこともあります。症状がある場合の典型的な症状は、食後（30分～1,2時間後）の右季肋部痛（右のあばら骨のあたりの痛み）です。差し

込むような鋭い痛みのことでもあれば、だるさ、吐き気、食欲不振など他の病気でもみられるような症状であることもあります。右季肋部に限らず、背中や肩、腰に広がる痛みを感じる方もいます。

胆石が胆嚢に炎症を起こすと、高熱や黄疸がおこります。

## 胆石症の検査

症状から胆石症が疑われた場合は、まず超音波検査（エコー）で胆石の存在や位置、個数を確認します。通常のレントゲンではカルシウム成分が多い石でなければ描出されないため、多くの胆石は写りません。

超音波検査では、体を動かすと石の位置が変わる様子や、胆嚢炎をおこしている場合には、胆嚢が腫大していたり、胆嚢の壁が厚くなっていたりする様子を観察することができます。

他にも、病状に応じてMRI検査（MRCP）や、内視鏡を使う造影検査（内視鏡的胆膵管造影検査:ERCP）などが行われます。ERCPは胆管結石が疑われる際に必要な検査で、内視鏡を使って十二指腸から胆管に造影剤を注入し、X線をあてて胆石を観察するものです。胆石があった場合には、この検査で石を取り除くこともできます。

## 胆石症の治療

無症状の胆嚢内結石の場合は経過観察です。症状がある場合の治療は、外科的治療と内科的治療に分けられます。

### 外科的治療

腹腔鏡で胆嚢を摘出します。開腹手術と比較

すると傷も小さく早く退院もできるため、今では第一選択となっています。炎症が強い場合やがんが疑われる場合などは開腹手術となることもあります。

### 内科的治療

内服で胆石を溶かす治療や、体外衝撃波で結石を破砕する体外衝撃波結石破砕術を行うこともあります。この内科的治療は胆石の種類、個数や大きさなどで実施できるかどうかの制限があり、一度胆石が消失しても長期的にみると再発が多いことが問題点です。

## 胆石症の予防

胆石は生活習慣病とも深く関連しています。胆石の形成を防ぐポイントを以下に記します。

適度のアルコールやコーヒーは胆石形成をおさえるとい説もありますが、「適度」であることが重要です。

### 図 2:胆石症予防のポイント

- ・糖尿病や高脂血症などの生活習慣病を予防する
- ・肥満を防ぐ
- ・規則正しい生活をして暴飲暴食をさける
- ・コレステロールの多い食物をさける
- ・食物繊維を摂取する

\* \* \* \* \*

胆石症も他の内科的疾患と同様に、普段の生活での心がけが大事だと考えます。

（文責:池田祥恵）