

# 医療ルネサンス No.6755

# 増える腸の難病 ①/6

## クローン病でも妊娠・出産

横浜市のA子さん(35)は1月末、横浜市立大学市民総合医療センターで約2600gの女児を出産した。腸が炎症を起こし、下痢や腹痛などが表れる「クローン病」を患っていたが、薬で治療しながら妊娠・出産を乗り切った。主治医で内科医の国崎玲子さんは「本当に頑張った」と話す。

クローン病は原因不明の腸の難病。若い人を中心に急増しており、国内に約4万人の患者がいる。特効薬はなく、数種類の薬を症状に応じて使い分ける治療が中心。炎症がひどい部分の腸を切除することもある。

A子さんは高校2年の冬に診断を受け、治療を始めた。「将来、結婚して子どもを持てるかな」「薬を続けたまま妊娠できるのだろうか」。初めて聞く病名に戸惑い、入院中のベッドの上で不安が膨らんだ。



出産を無事終えたA子さん(左手前)と主治医の国崎さん(中央)。(横浜市立大学市民総合医療センターで)

2015年、免疫調節薬と併用していた生物学的製剤の量を増やすと症状が治まり、自然と「子どもが欲しいね」という話になった。

この病気は症状がいったん治まってもぶり返すことが多い。A子さんは症状が重く、腸に穴が開いたり、消化物が詰まりやすくなったりして、腸を切るなどの手術を4回受けた。大腸はなくなり、おなかにストーマ(人工肛門)も造った。

この間、会社員だったA子さんは職場で知り合ったB男さん(30)と結婚した。腸に炎症がある状態で妊娠すると、流産や低体重児出生のリスクが高まり、自身の病状も悪化しやすくなる。同センターでは、クローン病などの患者の妊娠・出産に産科が積極的に取り組んでおり、国崎さんも妊娠中も薬で治療を続けられる。病気が落ち着いている今なら安全に妊娠できると励ました。

意を強くしたA子さんだが、翌年、クローン病の合併症とされる腎臓の病気が判明。この治療に使う大量のステロイドが心配になった。量を減らしてから妊娠すれば、胎児への影響はないというが、「本当に大丈夫？」と不安になった。「でも、そのたびに先生方が説明してくれたので、覚悟ができた」と振り返る。

腎臓病の治療を終えたA子さんは、卵管の異常などが見つかっていたため、昨年4月に不妊治療を始めた。腸の炎症も治まっており、幸いすぐに妊娠。生物学的製剤も胎児に大きな影響はないとされるが、念のため妊娠30週目に一時中断し、海外で評価が定まっている免疫調節薬で治療を続けた。国崎さんは「現在は多くの患者が、適切な治療によって安全に出産することができ。治療と妊娠について、あらかじめ主治医とよく相談し、計画的に進めることが重要」と話す。

「病院の実力 2018総合編」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています

### くらし 家庭



### きょうのひと皿

### 野菜の湯葉巻き揚げ

時間の目安 40分/熱量 191kcal/塩分 1.3g (1人分)

- \*材料 2人分**  
乾燥湯葉(10cm角) 6枚/ニンジン ¼本/ゴボウ¼本/インゲン 3本/青ネギ 3本/梅干し 2個/だし汁 大さじ 2杯
- \*作り方**
1. ニンジン、ゴボウは5cm長さの細切りにして、ゆでる。インゲンはゆでて、5cm長さに切る。青ネギも5cm長さに切る。
  2. 梅干しは種を除き、包丁でたたいてペースト状にする。酢、みりん

3. 湯葉は水に漬けて戻し、水気をよく拭き取る。(1)を6等分して、包む。
  4. 揚げ油を170度に熱し、(3)を薄いきつね色に揚げる。
  5. 皿に盛り、(2)のソースをかける。
- ◇  
湯葉で、春巻きのように具を包んだ料理。湯葉は破れやすいので、そっと包みましょう。 赤堀博美



# 医療ルネサンス No.6756



## 増える腸の難病

2/6

# 投薬での成長障害に注意

昨年9月、高校のバレーボール部員として最後の大会。東京都世田谷区の3年生B君(18)は、試合が終わるとトイレに駆け込んだ。下痢が続き、体重は1か月で5kgも落ちた。それでも「仲間に迷惑をかけられない」と全4試合に出場。守備の要として活躍し、都代表となった強豪から1セットを奪う意地を見せた。「病気をハンデと思ったことはない」と気丈に話す。



主治医の新井さん(中央)から、今後の生活について助言を受けるB君(右)と母親(東京都世田谷区の国立成育医療研究センターで)

「B君はクローン病で大腸に炎症が生じ、下痢や腹痛に苦しんだ。若い人の発症が多く、B君も小学2年の時に病気が分かった。自宅近くの国立成育医療研究センター(東京都世田谷区)で本格的な治療を開始。標準的な薬が合わず、悪化が懸念されたが、ステロイドの内服で症状は治まった。ステロイドは効果が大きい薬だが、骨の成長を抑え

るなど副作用も多く、小児への使用は特に注意が必要だ。主治医の新井勝大さんは「子どもにステロイドを長期間使っていると、背が伸びない成長障害が起きる。徐々に量を減らし、別の薬に移行することを考えるが、その薬が効かないこともある」と治療の難しさを語る。B君の場合、ステロイドを5か月使った後、アザチオプリンという免疫調節薬への切り替えは、スムーズに進んだ。当時の身長は1.62と全国平均より少し低かった。その後も平均をやや下回る状態で推移したが、中学生でぐんと伸びる時期もあり、「成長障害は避けられた」(新井さん)。バレー部では3年でアタッカーを任された。

高校で身長は1.67になった。バレー部の中では小柄な方だが、1年の時から守備専門のリベロでレギュラー。チームメイトには「守護神」と呼ばれた。病気の症状もほとんど出ず、練習に励んでいたが、3年生になる直前の春休みの合宿で、「胃が絞られるような痛み」に襲われるようになった。B君は「もう大丈夫だと油断して、あまり薬を飲んでいなかった」と話す。いったん症状は治まったが、夏合宿で再び悪化。内視鏡で調べると、大腸にとどまっていた炎症が、胃や小腸にも広がっていた。効き目が強いとされる生物学的製剤を使い、2週間に1回、B君が自分で皮下注射する治療を始めると、症状はほとんど出なくなった。4月から大学生。競技としてのバレーに一区切りつけ、小さい頃からの夢だという大工を目指し、建築の勉強を始める。気を抜くと、いつまた襲ってくるか分からないのが、この病気。新井さんが「今の良い状態を維持するため、薬や体調の管理は親任せにせず、自分でやれるようにしよう」と言つと、B君ははにかみながらうなずいた。

記事コピーサービス(有料)の申し込みは読者センター(☎03・3246・2323)へ

# 暮らし 家庭

## きょうのひと皿

### ニンジンの焼きドーナツ

時間の目安 30分/熱量 166kcal/塩分 0.2g (1個)



- \*材料 6個分  
ニンジン100g/薄力粉120g/砂糖50g/ベーキングパウダー5g/無塩バター30g/溶き卵1個分/牛乳30cc
- \*作り方  
1. ニンジン、皮付きのまますりおろす。  
2. 薄力粉とベーキングパウダーは合わせて、ふるう。  
3. バターは常温で軟らかくする。バター、砂糖をボウルに

- 入れて、白っぽくなるまでよくすり混ぜる。溶き卵を少しずつ加えて、分離しないようよく混ぜ合わせる。
- 4. (3)に牛乳を入れて混ぜ、(2)を加える。最後にニンジンを入れ、混ぜる。
- 5. 焼きドーナツ用の型に生地を入れて、170度のオーブンで約17分焼く。

◇  
ドーナツ用の型がない時は天板にオーブンシートを敷いて、その上に生地をリング状に絞り出してもよいです。



# 医療ルネサンス No.6757

# 増える腸の難病

3/6

## がん発症 治療薬見直す

埼玉県川越市の浴野久子さん(71)は、腸に炎症が起るクローン病を患い、30年近くになる。腎臓がんの手術を受けた昨年、クローン病の薬の見直しを迫られた。高齢になって病気が重なる、症状や治療に影響が出ることもある。

浴野さんがクローン病で最も苦しんだのは50歳代。腹痛や下痢で1日10回以上もトイレに駆け込んだ。腸の一部に穴が開き、膣から便が出た時は「生きた心地がしなかった」。大腸の部分切除を3回行い、ストーマ(人工肛門)も造った。その後、免疫調整薬のチオプリンを使うようになり、症状が改善した。

浴野さんの体の中には大腸の一部が残っている。いずればストーマを外し、再び腸につながる考えだったが、炎症が消えず難しくなった。長年の炎症で傷つい



人工透析を受けるため、血圧を毎日測る浴野さん(右)と夫(埼玉県川越市内で)

この検査で見つかった。昨年8月、がんのある右側の腎臓を切除した浴野さんは「皮肉なことに、クローン病のおかげで早期発見できた」と苦笑する。

た粘膜は、がんになるリスクが高い。通院する同県所沢市の防衛医科大学病院で半年に1回、内視鏡の検査を受けて大腸の粘膜の状態を確認している。

同病院ではクローン病の患者に対し、小腸や腸管外の異常を調べるコンピュータ断層撮影(CT)検査も行っている。腎臓がんは、

膜の炎症を抑える基本薬メサラジンだけとなったが、辛い症状は落ち着いている。穂刈さんによると、クローン病や、それと似た腸の難病の潰瘍性大腸炎を若年で発症した患者は、高齢になると症状が軽くなる傾向があるという。

一方、持病の糖尿病が原因の腎症は、65歳前後で急速に悪化。腎不全となり、2014年12月から人工透析を受ける。週3回の透析の日は便が水っぽく、便をためるストーマの袋はすぐいっぱいになる。浴野さんは「便を1日5、6回も捨てるのは面倒だし、憂鬱になる。透析でこんな影響が出るなんて」とこぼす。

患者の高齢化に伴い、本来の病気とは別にがんや生活習慣病などを抱える人が増え、薬の種類も増える。穂刈さんは「クローン病だけなら使える薬も、他の病気の兼ね合いでやめざるをえないこともある。患者の病気全体を見て治療を進める必要がある」と話す。

「受けたい医療 2018年版」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています。

### くらし 家庭

### きょうのひと皿

### タケノコの木の芽あえ

時間の目安 30分/熱量 169kcal/塩分 1.5g (1人分)



#### \*材料 2人分

ゆでタケノコ100g/だし汁100cc/白みそ30g/木の芽10枚

#### \*作り方

1. タケノコは小さめの乱切りにする。木の芽は2枚残し、ほかをみじん切りにする。
2. 鍋にだし汁50cc、砂糖大さじ1/2杯、塩小さじ1/2杯を入れ、煮立てる。タケノコを加えて、ほぼ汁がなくなるまで煮上げ、冷ます。

3. 別の鍋に白みそ、だし汁50cc、酒大さじ1と1/2杯、砂糖同1杯を入れ、とろりと練る。火を止めて木の芽のみじん切りを混ぜ、木の芽みそを作る。
4. (2)と(3)をあえて皿に盛り、残した木の芽を飾る。



生のタケノコは皮を2、3枚剥がし、穂先を斜めに切る。鍋にタケノコ、唐辛子1本、米ぬか1つかみを入れ、かぶるぐらいの水でゆでる。軟らかくなったら火を止め、そのまま冷ます。皮をむいたら、ゆでタケノコの完成です。

赤堀博美



# 医療ルネサンス No.6758

# 増える腸の難病

4/6

## 脚の痛み 実は合併症

クローン病や、似た腸の難病の潰瘍性大腸炎は、脚や腕の皮膚が赤くなったり、口内炎ができたりする合併症から、病気が見つかることもある。

「緊急手術です」。京都市のC夫さん(37)は2009年2月、医師の言葉に耳を疑った。左脚のすねにできた直径5cmほどのホクロのようなものが、3日で手のひらを超える大きさになった。うんでズキズキと痛み、歩けないほどだった。

皮膚科の医師は、すぐに治療しないと命の危険がある重症の感染症と診断。2時間後、うんだ部分をほぎ取る手術が始まった。「来るのが3日遅かったら死んでいたよ」。手術が無事終わったことを医師から聞いても、実感はなかった。

脚の回復を待つ入院中、下痢や下血の症状から、潰瘍性大腸炎と診断された。



主治医の小畑さん(左)から検査結果の説明を聞くC夫さん(京都市の小畑内科クリニックで)

入院中に治療を始めたが効果は上がらず、退院後は同市の小畑内科クリニックで治療を受けることにした。

院長の小畑純さんは、総合病院勤務時から潰瘍性大腸炎の患者を数多く診て

脚の病名は「壊疽性膿皮症」に変わった。潰瘍性大腸炎の患者の数%に起きる合併症で、薬で治ることが多いという。「脚の病気が腸のせい?」。思わぬ説明にC夫さんは驚いた。

下痢は何年も前から続いていたが、「おなか弱い体質だ」と思い、潰瘍性大腸炎なんて考えたこともな

おり、C夫さんの合併症も「問診で必ず聞いている」。ただ、「皮膚科の医師が脚の症状だけで、潰瘍性大腸炎の合併症を疑うのは難しいと思う」と話す。

C夫さんの大腸の状態は非常に悪かった。炎症が強いので、飲み薬の免疫調整薬を使ったり、液状の薬を肛門から注入したりするな

ど、小畑さんは様々な治療を行ったが、どれも十分な効果が得られない。新しい薬の生物学的製剤以外に打つ手がなくなった。

この薬は、クローン病に比べ、潰瘍性大腸炎に対する効果は低いとされる。C夫さんは15年に使い始めたが、よく効いた。点滴と自己注射の2種類あり、勤務時間が不規則なC夫さんは「自宅できる」と注射を選んだ。現在は2週間に1回、休日打っている。

小畑さんは「生物学的製剤が登場し、多くの患者が病気を意識せずに生活できるようになった」と話す。一方、薬が高額なため、難病の医療費助成を受けたとしても、多い人で月に最高3万円の自己負担がある。薬で良くなるが増えたとはいえ、C夫さんのように病気に気付くのが遅れると、治療が難しくなりやすい。小畑さんは「下痢が長期間続くようであれば、消化器内科の専門医に相談してほしい」と話す。

医療・健康情報はインターネットサイト「ヨミドクター」(http://yomidr.jp)で

### くらし「家庭」

### きょうのひと皿

### ソラマメとチーズの Pasta

時間の目安 20分/熱量 540kcal/塩分 1.2g (1人分)



#### \*材料 2人分

ソラマメ15本/タマネギ1/4個/ベーコン2枚/粉チーズ大さじ2杯/スパゲティ120g/粗びき黒コショウ少々

#### \*作り方

1. ソラマメはサヤ、薄皮を除く。タマネギはみじん切りにする。ベーコンは細切りにする。
2. 1.2lの湯に塩小さじ2杯強を入れ、煮立ったらスパゲティ、ソラマメを入れる。スパ

ゲティの袋の表示時間より、1分短くゆでる。

3. フライパンでオリーブ油大さじ2杯を熱し、タマネギをいためる。ベーコンを加え、いい香りがするまでいためる。
4. スパゲティがゆで上がったから、ゆで汁1/2カップほどを取り置く。スパゲティの湯を切り、(3)に加える。
5. 粉チーズも加え、ソラマメを潰すように混ぜる。具材と絡みにくい時はゆで汁を適量入れる。塩、コショウ各少々で調味する。皿に盛り、粗びき黒コショウをふる。 藤井恵



# 大腸摘出 徐々に症状軽く

潰瘍性大腸炎を17歳で発症してから約6年間、激しい下痢や血便に悩まされ、入退院を繰り返していた北海道苫小牧市の土井佳奈子さん(37)。「トイレに行くたびに便器は真っ赤。まさに生き地獄だった」と振り返る。薬による治療では効果が上がらないため、23歳だった2004年、大腸を



家族も連れて、主治医の本谷さん(手前)の診察を受ける土井さん(右から2人目)(札幌市の札幌厚生病院で)

すべて取る手術を受けることにした。腸の炎症が続いた状態で手術をすると、その後の経過は良くないが、炎症が治まるのを待ってられないほど、土井さんの症状は悪化していた。今も通う札幌市の札幌厚生病院で、「大腸を切ったら症状が治まる可能性がある」という医師の言葉に希望を託した。

大腸を切除する場合、おなかにストーマ(人工肛門)を造って便を出すか、小腸の一部の回腸を肛門につながるか、どちらかの手術を行う。土井さんは肛門から排便できる後者を選んだ。この手術は、大腸とつながっていた回腸の末端部分を折り返し、縫い合わせて袋状にした上で肛門につながる。袋状の部分は「回腸嚢」と呼ばれ、便を一時的にためておくスペースで、排便回数を減らす効果がある。縫い合わせた所がしっかりとくのを待たため、手術は数か月の間隔をあけ、2、3回に分けて行う。しかし、土井さんは05年に3回目の手術が終わって1週間もしないうちに、40度台の高熱と下痢に加え、血便も出るようになった。潰瘍性大腸炎とほぼ同じ症状の「回腸嚢炎」だった。「大腸を切っても治らないのか……」。入院中のベッドの中で、土井さんは自分の病気を恨めしく思った。主治医で消化器内科の本

谷聡さんは「大腸を全摘した人の多くは症状が治まるが、約1〜3割に回腸嚢炎が起きる。原因は不明だが、抗菌薬で代いたい良くなる。一方で、大腸を全摘しても治療の継続が必要な人も少数いる」と説明する。絶望しかけた土井さんだが、潰瘍性大腸炎の薬で治療を続けると、数年して腹痛や下痢が軽くなった。水っぽい便が漏れることもあり、尿漏れ防止のパッドは欠かせないが、「以前と比べ、はるかに状態は良い」と笑顔を浮かべる。

参加している腸の難病の患者会で、クローン病の悟さん(43)と出会い、29歳の時に結婚した。現在は2人の男の子に恵まれ、育児に追われる毎日だ。「今は精神的に安定し、病気も落ち着いている」と言う土井さん。「私はトイレに行く回数が多く、夫は1回が長い。トイレの取り合いになることもあるが、それが我が家」と明るく前を見据える。

20代の会社員女性。親とどのように接していいかわかりません。父は昔から、ほとんど毎日、テレビを見てまわる主手です。家

きょうのひと皿  
砂肝とコマツナのいためもの  
時間の目安 25分/熱量 156kcal/塩分 1.8g (1人分)

\*材料2人分  
砂肝200g/コマツナ200g/ニンニク1かけ/ショウガ汁大さじ1/2杯

\*作り方  
1. 砂肝はたっぷりの水に10分漬け、水気を拭く。脂や銀皮(表面の白い硬い部分)を除き、薄切りにする。ショウガ汁、酒小さじ1杯をふり、下味をつける。  
2. コマツナは根元を薄く切ってバラバラにし、5~6cm長さに切る。水気はしっかりと拭き取る。  
3. ニンニクはたたき潰す。  
4. 塩、しょうゆ、砂糖各小さじ1/2杯、酒大さじ1/2杯を混ぜる。  
5. フライパンに油小さじ1杯を熱し、



め、取り出す。  
6. フライパンに油大さじ1/2杯を熱し、ニンニクを加える。香りが立ったら、砂肝に片栗粉大さじ1/2杯を混ぜて加え、火を通す。コマツナを戻し、(4)を



3/21(水)

医療ルネサンス No.6760

増える腸の難病

6/6

症状治まれば通常生活も

Q&A

潰瘍性大腸炎とクローン病の治療について、北里大学北里研究所病院炎症性腸疾患先進治療センター長の日比紀文さんに聞いた。

病気の特徴を教えてください。

「どちらも腸に炎症が起き、粘膜がただれます。潰瘍性大腸炎は大腸にのみ、クローン病は小腸、大腸、肛門など消化管ならどこにでも生じます。下痢や腹痛、血便などの症状はほぼ同じですが、クローン病は腸管に穴が開いて他の臓器とつながったり、肛門付近に痔瘻ができたりすることがあります」

「どんな人がなりやすいですか。」

「原因は不明ですが、免疫異常が関係していると言われます。患者は両方合わせて25万人を超えるとみら

北里大学北里研究所病院 炎症性腸疾患先進治療センター長



日比紀文さん

1973年、慶応大学医学部卒。旧慶応がんセンター所長、同大教授などを経て現職。

小腸を切除します」

「手術で治りますか。」

「クローン病では、残った腸に再び炎症が起きることがあり、症状が治まっても薬で治療を続けます。潰瘍性大腸炎は大腸を全部取ると炎症がなくなり、薬はいらなくなります。ただ、おなかにストーマ(人工肛門)を造らず、小腸を袋状にして肛門につないで排便機能を残す場合、その袋の部分に炎症が起きることがあります」

「効果が高い生物学的製剤もあるそうですが。」

「異常な免疫反応を抑える作用があり、以前からリウマチなどの治療薬としても使われています。クローン病は患者の3人に2人程度、潰瘍性大腸炎も約半数に効果があり、重い副作用はほとんど起こりません。現在は薬物治療の『最終手段』とされていますが、早

「根本治療はなく、薬などで炎症を消す『寛解導入療法』と、再び炎症が起きる『再燃』を防ぐための『寛解維持療法』が原則です。薬が効かなかつたり、腸に穴が開いたりするなど重症の時は、手術をして大腸や

「再燃』を防ぐための『寛解維持療法』が原則です。薬が効かなかつたり、腸に穴が開いたりするなど重症の時は、手術をして大腸や

「再燃』を防ぐための『寛解維持療法』が原則です。薬が効かなかつたり、腸に穴が開いたりするなど重症の時は、手術をして大腸や

「再燃』を防ぐための『寛解維持療法』が原則です。薬が効かなかつたり、腸に穴が開いたりするなど重症の時は、手術をして大腸や

「再燃』を防ぐための『寛解維持療法』が原則です。薬が効かなかつたり、腸に穴が開いたりするなど重症の時は、手術をして大腸や

「再燃』を防ぐための『寛解維持療法』が原則です。薬が効かなかつたり、腸に穴が開いたりするなど重症の時は、手術をして大腸や

期に使って症状を抑え、他の薬などで維持するという考え方も出ています」

「高齢化の影響は。」

「潰瘍性大腸炎は、60歳以上の発症数が最近10年ほどで約2倍に増えました。若い人の病気と思われ、発見が遅れがちです。糖尿病やがんなどの病気も抱える高齢者の治療は、他の病気に悪影響を及ぼさないように注意するなど、慎重に進める必要があります」

「患者になったらどんな注意が必要ですか。」

「症状が治まれば食事制限も特になく、通常の生活を送れます。妊娠や出産もできます。必要以上に心配することはありません。ただ、良くなったと思っても自己判断で薬をやめないでください。再燃してまれに重症化することがあります。大腸がんのリスクも通常より高いので、少なくとも2年に1回程度は大腸内視鏡検査をしてほしいですね」 (赤津良太)

「病院の実力 2018総合編」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています

くらし 家庭

きょうのひと皿

ハウレンソウと卵のグラタン

時間の目安 30分/熱量 350kcal/塩分 1.7g (1人分)



- \*材料 2人分  
ハウレンソウ200g / 卵 2個 / バター20g / 牛乳 1と1/2カップ / ピザ用チーズ20g
- \*作り方  
1. ハウレンソウは熱湯で柔らかくゆでる。水に取って4~5cm長さに切り、水気をしっかり絞る。  
2. フライパンにバターを入れて弱火で溶かし、小麦粉大さじ2杯を入れる。サラリとする

- まで混ぜながらいためる。牛乳を少しずつ加え、そのつど混ぜる。
  - 3. 牛乳が煮立ったらハウレンソウ、塩小さじ1/2杯、コショウ少々を加える。
  - 4. 耐熱皿に(3)を入れ、くぼみを2か所作る。そこに卵を割り入れ、チーズをふる。220度のオーブンに入れ、こんがり焼き色がつくまで15分ほど焼く。
- ◇  
ハウレンソウはソースとよくなじむよう、柔らかくゆでるのがポイントです。 藤井恵