鍼灸で過敏性腸症候群が改善する

1．過敏性腸症候群に鍼灸治療は効くのか

便秘や下痢のことを便通異常といいます。愁訴としては、下痢よりも便秘の方が多いようです。便秘の有訴者率(平成 10 年)でみると、女性は 46.7/1000 人、男性は 18.6/1000 人で、女性は男性の倍以上の発症です。また、女性の便秘傾向は、中学生は 3 割，高校生は 4 割、成人女性は 5 割以上と言われています。女性にとって、便秘は肩こりと同様に厄介な症状のひとつです。

便秘には、弛緩性便秘、痙攣性便秘、直腸性便秘があります。多くは弛緩性便秘ですが、近年、痙攣性便秘や直腸性便秘が増加しているようです。痙攣性便秘は、大腸の分節運動の亢進によるとされており、過敏性腸症候群(Irritable Bowel Syndrome)でよく見られます。また、過敏性腸症候群(IBS)では便秘と下痢が交互にくる交代性便通異常も多く見られます。ここでは話題となっている IBS について紹介します。

最近、IBS は、先進国で多く見られることからストレス病の 1 つとして理解されています。最近の調査では、我国では成人の有病率は 12.5%、約 1200 万人との報告があります。IBS は、下痢・便秘・下痢便秘の交代などの便通異常および腹痛などの症状が持続し、しかもこれらの症状を説明するに足る器質的病変がみられない大腸の機能的異常の状態を指します。これには①不安定型（腹痛および腹部の違和感、下痢と便秘が複数日間隔で交互 ）、②下痢型（少しでもストレスや不安を感じると下痢 ）、③便秘型、④分泌型（強い腹痛の後、多量の粘液が排泄される）、⑤ガス型（過剰なストレスによっておなかにガスがたまる症状）のタイプがあります。男性には下痢型が多く、女性には便秘型が多いようです。

こうした症状のほかに自律神経症状(頭痛、頭重感、眩暈、動悸、頻尿、易疲労、四肢の冷感など)や精神症状(抑うつ感、不安感、不眠、焦燥感、意識低下を随伴します。

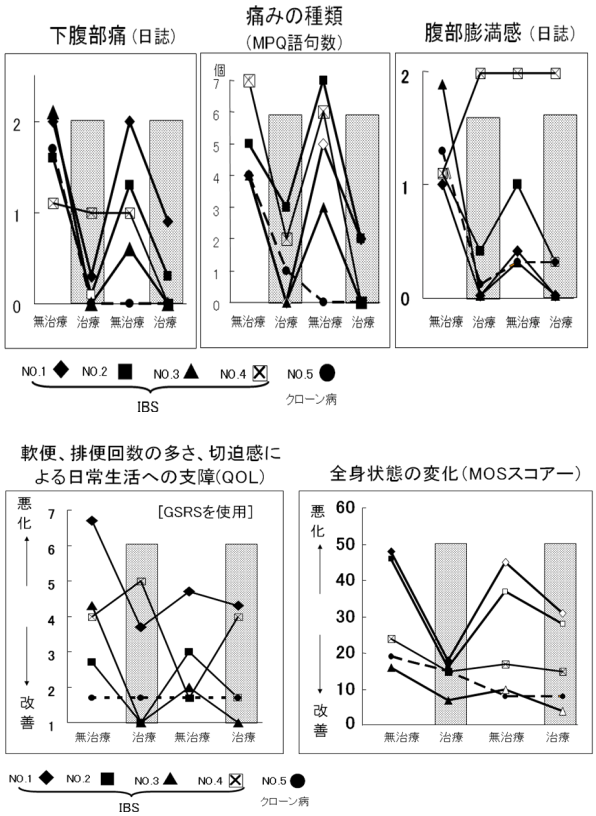

図 1　IBS に対する鍼灸治療の効果

現在のところ薬物療法が中心ですが、有効な治療法は確立されていません。このことから鍼灸治療を希望する患者も少なくはありません。

図１は、IBS４例とクローン病１例に対する鍼灸治療の１事例研究法(条件反転法)による臨床効果を示します。いずれの症例も４年以上の罹病期間を有し、長期の薬物療法を受けています。図１に示すように鍼灸治療で症状は軽減し、無治療期間で悪化するパターンを呈し、鍼灸治療が症状コントロールに有効であることがわかります。これらの症例では症状の改善とともに薬物量も減量、もしくは中止となりました[1)]。

２．刺激部位により消化管運動は変わる

鍼で大腸の蠕動運動を促進させることができるのか、であるが、人を対象とした研究では、腹部の鍼刺激(中脘･天枢･関元)でも手足の鍼刺激(足三里･合谷)でも大腸の蠕動運動は亢進するとの報告があります。その報告によると大腸の蠕動運動は「グル音」を指標とし、その音をマイクロフォンで測定(マックバーネ点の部位)します。図２はその１例で、足三里と合谷に鍼刺激(10 分間、置鍼)したところ、次第にグル音は発生し、多くなることを示しています。

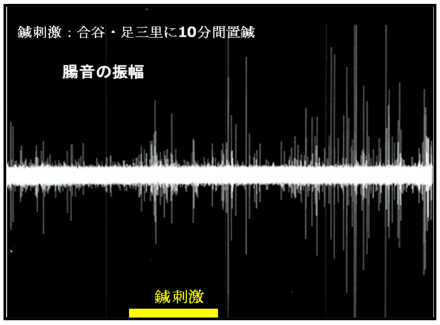

図２　腸音に及ぼす鍼刺激の影響

図３は、四肢(足三里・合谷)への鍼刺激と体幹部(中脘・天枢・関元)への鍼刺激、及び両者の併用による鍼刺激の経時的なグル音の変化を示したものです。四肢及び体幹部への鍼刺激後でグル音の発生が多くなり、大腸の蠕動運動が亢進しました。しかし、四肢刺激と体幹部刺激を併用すると各部位の刺激に比べて抑制されることが示されました。なお、四肢及び体幹部への灸刺激では、逆に抑制されたとのことでした[2)]。

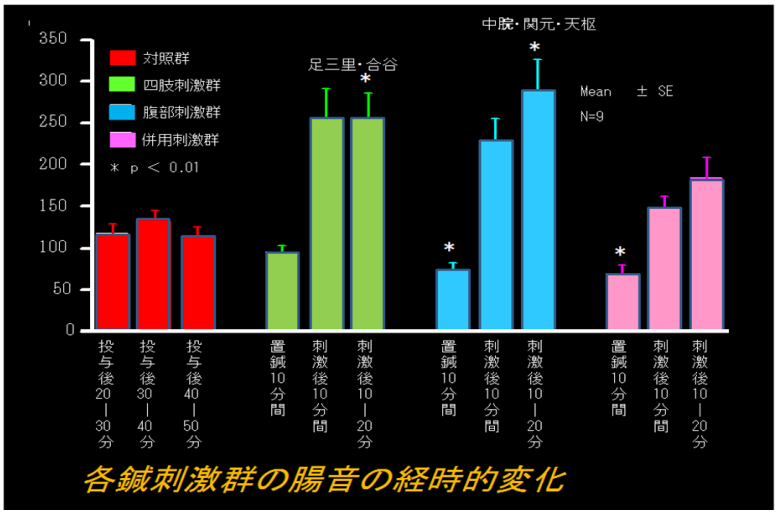

図３　鍼刺激部位と腸音の変化

一方、動物実験では、これまでは腹部の鍼刺激で腸の蠕動運動は抑制され、後肢の刺激で促進されるとされてきました[3)]。このことから人とは異なる結果として受け止められてきましたが、最近の報告ではストレス負荷による胃腸の抑制状態下では腹部刺激においても消化管運動は促進されるとの報告もあります[4)]。こうした研究結果の相違は、麻酔、刺激部位、刺激条件、更には生体の状態(ストレス状態など)などによるものと思われます。それだけに今後は、生体の状態と刺激条件との関係性を明らかにしようとする研究に期待が寄せられます。

参考文献+図の説明集【4】

参考文献

1)松本淳ら：過敏性腸症候群に対する鍼灸治療の効果 - 条件反転法による検討、全日本鍼灸学会雑誌、2005;55(1):56-67.

2)岩昌弘ら：ヒト腸蠕動に及ぼす鍼灸刺激の効果(第２報) - 刺激部位の検討 - ：明治鍼灸医学、1991;8:35-41.

3)A.Sato,Y.Sato,R.F.Schmidt：The Impact of Somatosensory Input on Autonomic Functions, 体性 - 自律神経反射の生理学、山口眞二郎監訳、シュプリンガー・ジャパン、2007:110-124.

4)Angela TABOSA et al:Acomparative Stydy of the Effects of Electroacupuncture and Moxibustion in the Gastrointestinal Motility of the Rat, Digestive Diseases and Science,2004;49(4):602-610.

図の説明

図１　IBS に対する鍼灸治療の効果

IBS４例とクローン病１例に対する鍼灸治療の１事例研究法(条件反転法)による臨床効果を示します。図に示すように鍼灸治療で症状は軽減し、無治療期間で悪化するパターンを呈し、鍼灸治療が症状コントロールに有効であることを示しています。図は文献１より改写引用

図２　腸音に及ぼす鍼刺激の影響

図は腸から発生した音を記録したものです。腸が動くと“グル音”が発生しますが、その音をマイクロフォンで測定したものです。足三里と合谷に鍼刺激(10 分間、置鍼)したところ、グル音が発生し、次第に大きくなることが示されています。図は岩昌弘氏より提供

図３　鍼刺激部位と腸音の変化

図は、四肢(足三里・合谷)への鍼刺激、体幹部(中脘・天枢・関元)への鍼刺激、及び両者を併用した鍼刺激の経時的なグル音の変化を示したものです。四肢及び体幹部への鍼刺激後でグル音の発生が多くなり、大腸の蠕動運動が亢進しましたが、両者を併用するとかえってグル音の発生は抑制されます。図は文献２を参考に作図