「過敏性腸症候群」の手引きに関する研究
－保護者用手引きと一般医師用手引きの作成－
（分担研究：小児心身症に関する研究）

宮本信也

要約：小児心身症に関する手引きの検討を行い、過敏性腸症候群に関する手引き作成を行った。手引きは、保護者用と心身医学を専門としない一般医師用の２種類を作成した。最初に手引き案を作成、一般小児科外来を受診した保護者に、字句・表現の分かりにくさ等に関しアンケート調査を行った。さらに、過敏性腸症候群の子どもを持つ保護者に対して、手引きの有用性についてアンケートを行った。アンケートでは、97％の人が全体としては分かりやすいと回答していたが、語句に関しては医療現場で日常的に使用されるごく一般的な用語に関しても意味不明との回答があり、一般向けの疾患手引きを作る困難さが伺われた。一方、過敏性腸症候群児の保護者では、その90％が手引きを有用と回答していた。そこで、こうしたアンケート結果をもとに手引きの訂正を行い完成版を作成した。

見出し語：過敏性腸症候群、心身症、手引き、パンフレット

【はじめに】

過敏性腸症候群は、反復する腹痛と下痢や便秘などの便通異常を主症状とする疾患であり、心身症の代表的疾患とされる。もともとは成人に多い疾患であったが、最近では、小児でも決して稀でないことが報告されてきている。本研究班における調査においても、平成５年度の報告書で、中学生で３～５％、高校生で５～10％の頻度が報告されている。

一方、過敏性腸症候群では、単に消化器系の症状が出現するだけではなく、その症状が排便に関するものが多いことから、思春期・青年期に発症すると、周囲の目を気にするという一般的な青年期心性やトイレに行くことを知られることを恥ずかしがるという現代の思春期心性を背景として、不登校や対人恐怖、自己臭症や思春期妄想症にまで症状が発展することが知られている。

このように、頻度も多く、重度の神経症状態にまでなることがある疾患にも関わらず、その本態が正確に認識されていることは少ない。不正確な認識が不適切な対応を生み、重篤な経過となってしまうこともあり得ることと思われる。

本研究は、過敏性腸症候群に関する保護者向けと一般医師向けの手引きを作成し、この疾患に対して、家庭やプライマリケアレベルで適切な対応が行われるようになることを目的とした。

筑波大学心身障害学系　Institute of Special Education, University of Tsukuba

(1)手引き原案の作成と検討

【対象と方法】

過敏性腸症候群の概要、成因、症状、治療、経過に関して、Q&A形式で11頁からなる手引き原案をまず作成した。その後、一般保護者と過敏性腸症候群児の保護者を対象に手引きに関するアンケート調査を行った。

対象は、協力病院・医院の小児科一般外来を受診した子どもの保護者である。アンケートの記入については任意とした。

アンケート内容は、字句・表現の分かりにくさを記入してもらうこととした。さらに、回答した保護者の中で過敏性腸症候群の子どもを持つ保護者に対して、手引きの有用性について記入してもらった。

【結果と考察】

過敏性腸症候群の手引きに回答してくれた保護者は全部で108人であった。そのうち、過敏性腸症候群の子どもがいる保護者は20人であった。

アンケートの結果を文末に表で示した。

全体では、108人中105人(97.2%)が分かりやすいと回答していた。分かりにくいとされた用語では、日常診療で普通に使う用語が含まれていた。

過敏性腸症候群児の保護者の回答では、20人中18人(90%)で役に立つとされていた。この20人中、医療機関に相談したことがないものが11人いた。この11人は、おそらく症状が軽いために受診歴がなかったものと推測される。それにも関わらず、90%の保護者が役に立ったと回答していたことは、医療機関を受診するほどではないが何となく気になるという子どもの状態に対する保護者の心配・不安の軽減に、この手引きが有効であることを間接的に示しているものと考えられた。

実際、平成4年度の本研究班の調査でも、過敏性腸症候群と診断される状態を持ちながら、実際に医療機関を頻回に受診したことのあるものは10人に1～2人という結果が出ている。つまり、過敏性腸症候群患児の多くは医療機関を受診しておらず、過敏性腸症候群に関する正確な情報が得られにくい状況にあると考えられる。その意味でも、こうした手引きはよい情報源となると思われた。このことは、アンケートの自由記述欄に、『ひとりで悩んでいるよりもこのような手引きがあれば、救われるし、特別に相談しなくても（病院に通う）いいし、手軽だと思った』という記載があったことからもうかがえるであろう。

(2)手引きの訂正

手引き原案に対するアンケート結果をもとに、原案の訂正を行った。訂正の中心は、意味不明語への説明文の追加、文章の簡略化であった。また、手引きとしては長すぎるという意見が複数合ったことから、原案を4頁に簡略化したものを作成、これを保護者用の手引きとすることとした。

一方、元の長いものについては、保護者が読むよりも、医師が読んで保護者の質問に答えるのに役に立ったという声が協力医療機関の医師から寄せられた。これを受け、手引き原案を訂正した分量の多いものは一般医師向けの手引きとすることとした。

【まとめ】

今回、手引きを作成するとともに、その有用性についても検討を行った。小児心身症に関する保護者向けの簡便な手引きは、保護者の不安を軽減するとともに、子どもに対する保護者の適切な対応を促進するのに有用なことが推測された。

「過敏性腸症候群」手引きに関するアンケート集計結果

1．全保護者の回答：１０８人（母親　８２、父親　６、祖母　２、その他　２）

1)この手引きは分かりやすかったでしょうか。

①とても分かりやすい　53
②ある程度分かりやすい　52
③どちらとも言えない　1
④分かりにくい　2

2)意味のわからない単語

粘液便、心身症、腹部膨満感、過敏性腸症候群

3)わかりにくかった点

・問題や質問に対しての答えは述べられているが、だからどうしていけばよいのか、その後についての対応の仕方（生活面、食物など）などもっと詳しく知りたいと思う
・少し難しい漢字にはふりがながほしい。
・食物についてもっと細かく知りたかった
・年齢によって症状のあらわれ方になにか特徴がないのか、疑問に思った
・ひどくならなければそのまま放っておいていいのか、それとも軽い症状のうちに体質改善の治療が必要か
・患者に投薬する際、抗不安剤、抗うつ剤はどのくらいの頻度でどの程度の量で使用するか教えていただきたい
・受診時の科名がわかるといい（問い合わせ）

2．過敏性腸症候群児の保護者の回答：２０人

1)これまでに、その問題で医師に相談されたことはありますか。

①あって、今も相談を続けている　4
②あったが、今は相談していない　3
③ない　11

2)医師に相談されたことのない方にその理由をおたずねします。

①相談するほどの問題と思っていない　5
②医師以外の人に相談した、あるいは相談中　1
③相談したいが、どこに相談してよいか分からない　3
④その他　1

3)この手引きを読まれて、お子さんの問題についてお知りになりたいことが全て書かれてありましたでしょうか。

①はい　19
②よく分からない　0
③いいえ　1

4)この手引きで、お子さんの問題に対する心配・不安は軽くなりましたでしょうか。

①大変軽くなった　4
②ある程度軽くなった　16
③あまり軽くならなかった　0

5)同じ問題を持つ子どもの親として、この手引きは役に立つと思いますか

①はい　18
- 何となくわかるような気がする
- ひとりで悩んでいるよりもこのような手引きがあれば、救われるし、特別に相談しなくても（病院に通う）いいし、手軽だと思った。
- どんな形でも少しでも情報が手に入れば手がかりになると思う。
- 思いもしないことを教えていただけた
- 子どもとの接し方やお腹の状態を理解してあげられるようになると思う
- 理解が得られたので
- 原因や対策で参考になる
- 同じ病気を持っている人がいると思うと、子どもたちも自分なりに少しずつ病気を頑張って治そうとする意識がでてくるのではないか
- 大人になって治るとのこと
- 気長にリラックスできるように生活するようにする
- 子どもの訴えに対応できなかったがこれを読んで対応できると思う

②どちらとも言えない　2
- 低年齢に対する対処の仕方がわからない

3．全保護者の感想

1)この手引きで、参考になった、役に立った、と思われる点がありますでしょうか。

①原因について分かった点	72
②遺伝について分かった点	13
③頻度が多いことが分かった点	12
④症状について、どうして起こるのかが分かった点	60
⑤学校生活上の注意点が分かった点	26
⑥家庭生活上での注意点が分かった点	38
⑦親としての対応方法が分かった点	45
⑧医学的治療方法が分かった点	9
⑨治る見込みについて分かった点	16
⑩親の育て方ばかりの問題ではないということが分かった点	22
その他	4

2)全般的な印象
- とてもわかりやすい。9
- ストレスとの関係もあるため、親としての子どもへの対応には十分気をつけなければならないと感じた。
- 知人にもこの手引きを見せてあげたい。
- 長くて読むのに疲れた

・何年か前、自分の娘に同じような症状があったが、小児科で問題ないといわれた。普通の病院でも心身症のことを教えていただけたらと思う。
・次女が入院中母がつきっきりだったためか、退院後学校にも行きたがらず、ストレスがたまっている様子だったが、母がわかってあげられなかった。
・自分自身が小さいときにこのような症状で悩んだ時期があった。その時にこの手引きがあったら気持ちが楽になったかもしれない。
・ていねいに書かれていて内容が親切でわかりやすかった
・先日医師から説明を受けたのと同じことが書いてあった
・子どもに注意するとき、しつこく言ってしまうので気をつけないと心身のストレスになってしまうと改めて感じた
・自分自身、特に緊張したとき腹痛や下痢になることがあるので、参考になった
・過敏性腸症候群という病名があると思わなかった
・これを読むことでそのような症状で悩む子どもたちに温かく接することができるのではないか
・この症状があると以前は胃腸が弱いだけだと思っていたが、これかもしれない。子どもも似なければと思う
・詳しく知り、有り難いと思った
・心理的な原因だけをせめてしまいそうになるが、実際にお腹のほうも動きが乱れているということを理解して、対応してあげることが大切と思った
・もし、自分の子どもにも症状が起こったら、環境の変化など、問題が発生している場合もあり、親として注意する点を教えていただいた
・質疑応答形式で楽に読めた
・精神的な安定を保っていけるようにすることが必要だということがわかった
・症状と上手に付き合っていく事が大事だと知った
・子どもにも大きなストレスによって、心身症になるということがわかって（こういう問題が珍しいものではないということがわかって）時代の特徴なんだと感じた
・全体としての文章量が多い
・頭では理解しているつもりでも、自分の子どもがなったら不安
・子どもが胃が痛いと時々訴えるのでたいへん参考になった
・治ったほうの実体験も知りたくなった
・自分も幼稚園の頃なったことがあるが、どうしてなるのかわかってよかった
・不登校との違いがわかった
・小学校の先生の扱いが軽く、傷口を広げているように思う（実体験について）。
・保健の先生の発言力の弱さ、軽視がより悪い状態を招いていると思う
・学校側でトイレに行きやすいように、指導してほしい。不登校につながるならなおさら
・子どもにも大人にも精神的リラックスがどれほど体に影響があるかわかった
・体質がもとになっていると知り、かえってほっとした
・やっぱりそうなのかと思った
・気持ちの問題が強い場合、心身症専門医、子どもの精神科などに相談するのがよいとあるが、地域にあるそのような場所のリストがあると助かる　2
・親としての悩みを外来でしてもらえないかと思う
・このアンケートはどのような方向で生かされていくのか

検索用テキスト　OCR(光学的文字認識)ソフト使用
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります

要約:小児心身症に関する手引きの検討を行い、過敏性腸症候群に関する手引き作成を行った。手引きは、保護者用と心身医学を専門としない一般医師用の2種類を作成した。最初に手引き案を作成、一般小児科外来を受診した保護者に、字句・表現の分かりにくさ等に関しアンケート調査を行った。さらに、過敏性腸症候群の子どもを持つ保護者に対して、手引きの有用性についてアンケートを行った。アンケートでは、97%の人が全体としては分かりやすいと回答していたが、語句に関しては医療現場で日常的に使用されるごく一般的な用語に関しても意味不明との回答があり、一般向けの疾患手引きを作る困難さが伺われた。一方、過敏性腸症候群児の保護者では、その 90%が手引きを有用と回答していた。そこで、こうしたアンケート結果をもとに手引きの訂正を行い完成版を作成した。