



# 下腹部の痛み！ 何科を受診？

痛みを抱えながら一人で悩み、我慢して病院にも行かず、家事や仕事をしている女性は少なくないはず。でも放っておくと、思ってもみなかった病気と診断されることもあります。対馬ルリ子先生のクリニックを伺って、先生とお話をするようにご自分の体の症状を見直してみてください。

## その腹痛はどんな痛み？

腹痛とは、「お腹が痛い」ことですが、一言でお腹が痛いといっても、さまざまな痛みがあります。きゆうつと痛い、ズキズキ痛い、しくしく痛い、刺すように痛い、焼けるように痛い、重い、不快、違和感など。

また、痛みの場所も、上腹部、下腹部、側腹部、腹部全体のほかに、おへそのまわり、心窩部（みぞおち）、季肋部（肋骨の下）などいろいろです。

女性にとって最も多い腹痛は、まずは胃腸の働きに関するもの、それから月経に関連する痛みでしょう。胃腸の痛みは、必ずしも胃腸粘膜の異常ではなく、管状の消化管の、過度の拡張や伸展、収縮などの動きによっても痛みが起こります。ですから、胃潰瘍や胃腸炎で痛いことも、単なる下痢や便秘や冷えて痛いこともあり、症状だけでは判断しにくいこともあります。

## 腹痛を確認して 疑わしい病気を考える

まずは、衣服をゆるめ、横になって様子を見ます。足を曲げてお腹にひざを近づけると痛みが軽減するでしょうか？ 痛みは間欠的（痛みと痛みの間がある）でしょうか？ 温めると楽でしょうか？ お腹を押すと痛みが増しますか？ また、押した手を離れたとき痛いでしょうか？

お腹を押して手を離れた時に痛い、足を曲げていないと耐えられないほどの痛みは、腹膜に異常がおよんでいます。腹膜炎です。すぐに消化器科を受診してください。

横になって痛みが楽になったり、温めるとよい場合には、様子をみます。機能的な腹痛で、自然に軽快する可能性があります。受診の必要はありません。

ひどい下痢やおう吐をとまらう時には、スポーツドリンクなどの電解質飲料を、2倍に薄めて多めに飲み、数日以上続く場合にはこれも受診してください。女性には、潰瘍性大腸炎といって、下痢と下血をおもな症状とした自己免疫性の病気があります。男性よりも女性に多く、ストレスや冷え、疲れで憎悪します。下痢が続く場合には大腸内視鏡検査をしてもらい、このような病気がないか消化器科で確認してもらいましょう（最近では、大腸肛門検査も、女性専用クリニックがあります）。

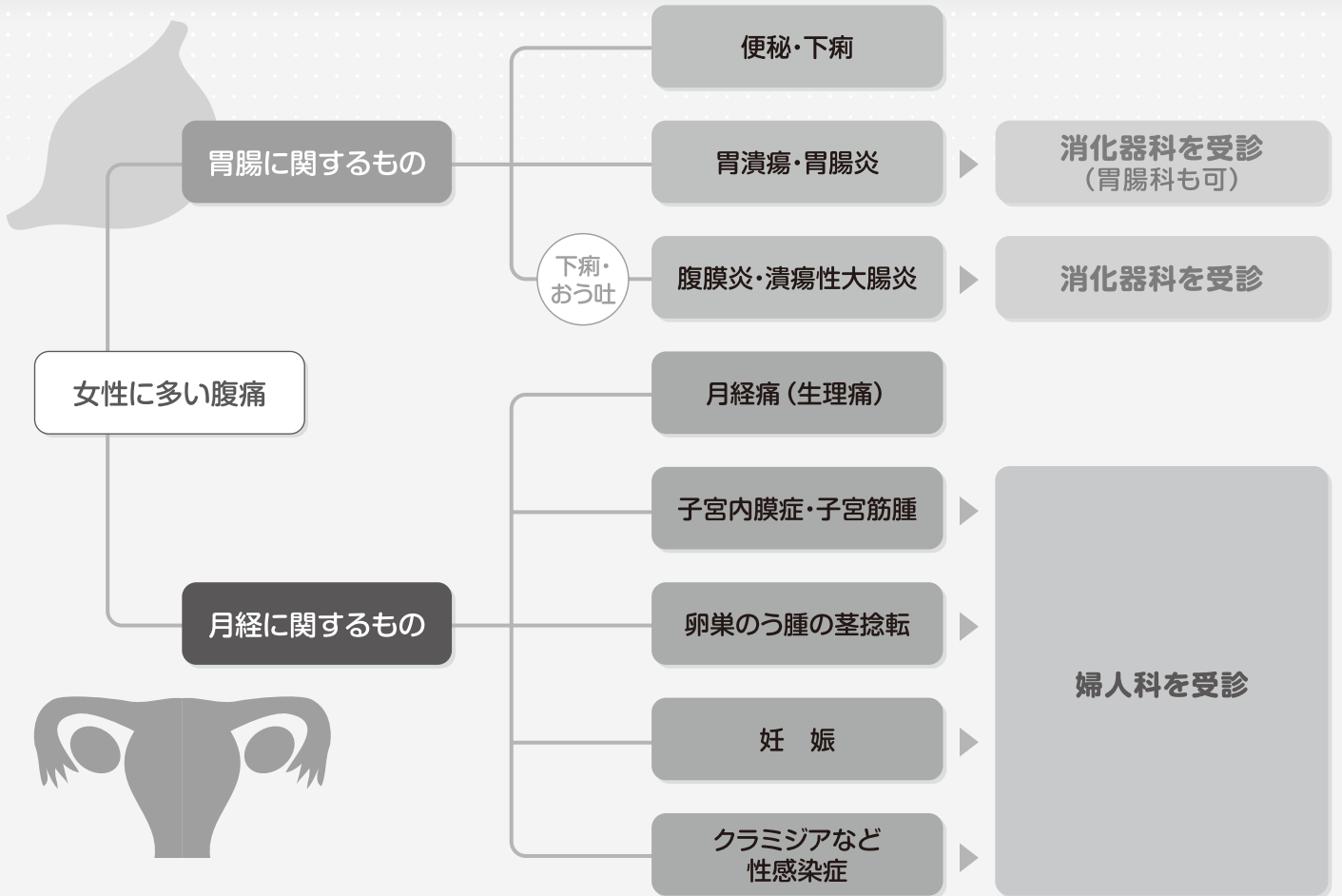
また、緊張が強い、自律神経の働きが不安定など、気質的な原因で、腸の運動が亢進しやすい過敏性腸症候群の人もあります。これは、腸の問題ではなく、神経の問題といえます。

## 月経に関する腹痛

さて、次は月経に伴う痛みです。月経前には便秘しやすく、月経が始まると下痢しやすいものです。これは、月経前の黄体期にプロゲステロンという腸の動きを落とすホルモンが増え、月経時にはプロスタグランジンという腸の動きを促進し、下痢にさせやすい物質が子宮から出るためです。プロスタグランジンは、剥がれた子宮内膜を体の外に押し出すのを助ける物質なのですが、同時に腸を刺激して下痢させてしまうわけですね。

どちらの時期も、腹痛は感じやすくなります。

\*腹痛からいくつかの病気の原因が考えられる



最後に、女性なら、10代から50代までの性経験のある女性なら、腹痛に際して忘れてはならないこと2つ。1つは、妊娠に関係がないかということです。流産、あるいは

### 妊娠・性感染症が原因の場合も

また、ふつう卵巣のう腫は痛みがないものですが、茎捻転けいねんてんといってお腹の中でねじれたときのみ、激的な腹痛を生じます。これも若い女性に多いので要注意です。何より、ふだんから年に1回の婦人科検診を受け、超音波検査で子宮内膜症や子宮筋腫、卵巣のう腫がないかを診てもらっておきましょう。

### 子宮内膜症・子宮筋腫からくる腹痛

子宮内膜症や子宮筋腫で月経痛や月経前、月経後の痛みが出ることもあります。子宮内膜症は子宮以外のところにできた内膜が、月経時にあちこちで出血して腹膜を刺激し、腹痛を起こします。子宮筋腫の痛みは、子宮にとって異物である筋腫を押し出そうとしてプロスタグランジンが多量に分泌されるもの。どちらも毎月痛みが増し、異常な痛みになってきますので、前と比べて明らかに強い腹痛があるようなら、婦人科を受診してください。激的な痛みときには、子宮内膜症のチョコレート卵が破裂していることもよくあります。

は子宮外妊娠では、ひどい腹痛が出ます。いつもの生理痛だと思っていたら流産だったということも。必ず、妊娠反応の検査をするか、産婦人科で確認してもらいましょう。妊娠にかかわる痛みなら、必ず婦人科処置が必要です。躊躇せず受診してください。

もう1つは、クラミジアなどの性感染症による腹膜炎です。クラミジアは、膈から子宮内、卵管、そして腹腔内へとひろがります。感染者の8割に症状はなく、腹膜炎を起こしてはじめて発見されることも。クラミジアは、上腹部の痛みで肝下膿瘍かんかのみようとなつて見つかることもあり、婦人科疾患とはいえ上腹部にまでおよぶ感染症です。ふだんから、婦人科で感染がないか検査を受けようにしましょう。不妊や子宮外妊娠のもっとも大きな原因にもなっています。

一言で腹痛といってもさまざま。自己流で対処するにしても、まずは治療が必要な腹痛か、病気がかくれていないかをちゃんと調べておきましょう。



ウイミンズ・ウェルネス  
銀座クリニック(婦人科)  
院長  
産婦人科医、医学博士

つしま りこ  
対馬 ルリ子

\*専門分野…周産期学、ウイメンズヘルス

弘前大学医学部卒業後、東京大学医学部、都立墨東病院などを経て、2002年より「ウイミンズ・ウェルネス銀座クリニック」開院。2008年にNHK教育「きょうの健康」出演、著書多数。

※周産期:出産前後の期間。大体妊娠28週から生後7日くらいまで。