

敵人離我們很遠但也可以很近 – 從安倍晉三談發炎性腸炎

腸胃內科 戎伯岩醫師

醫生，發炎性腸炎是什麼？我有時候會拉肚子，是不是得了發炎性腸炎？

不得不說，名人效應確實會引起不少人感到恐慌。

發炎性腸道疾病是一群疾病的總稱，在這群疾病中，以潰瘍性大腸炎（Ulcerative colitis, UC）及克隆氏症（Crohn's disease, CD）最為令人耳熟能詳，然而，即便如此，在亞洲人的社會裡，這些依然屬於極為罕見的疾病。不過，近年來的研究都告訴我們，這類的疾病在我們黃皮膚黑頭髮的人群中，似乎隨著飲食的西化，比例也有逐漸升高的趨勢。

什麼症狀我們應該特別注意？

發炎性腸道疾病顧名思義就是大腸小腸因為某些原因引起了發炎的相關症狀，想當然爾，持續腹痛及長時間慢性腹瀉（包括大便次數增加、大便質變稀、軟或水瀉），血便、黏液便；發燒、白血球增加、莫名原因貧血疲倦等，就是我們應該小心的症狀。

然而這些症狀很容易跟腸道的其他疾病混淆，需要長時間的觀察及專業的判斷，建議民眾有懷疑時，還是到醫院尋求相關的專業協助為佳。

得病了我該怎麼做？

目前發炎性腸道疾病的治療以抗發炎藥物 5-ASA，生物製劑，免疫調節劑，類固醇及手術為主。配合醫師規則的使用藥物，定期追蹤病情，才能避免腸道出現不可逆的變化而最終走向手術。

發炎性腸道疾病的病因還不是十分清楚，但目前認為和免疫系統、腸道內細菌、環境因子及遺傳因子有關，因為這些因子的不平衡，而造成腸道長期發炎的反應。於是保持良好的生活習慣，適時地學會放鬆，減少不必要的壓力，才能夠有效的降低病情惡化的機會。

罹患發炎性腸道疾病會增加大腸癌的機率嗎？

答案是肯定的。特別是「全大腸型發炎」的潰瘍性結腸炎，若染病超過 15 年，發生大腸癌的機率是一般人的兩倍，而且每隔 5 年危險性會再倍增。所以專家們建議發炎性腸道病史超過 10 年以上者，應該每年做大腸鏡檢查。同時也要注意其他如淋巴癌發生的可能性。

發炎性腸道疾病，這個名詞，筆者相信若非安倍因此病請辭，其實很多讀者一輩子也不會聽過這樣的疾病，“敵人離我們很遠但也可以很近”，我們不需過度緊張，但時時注意自己的身體狀況，多一分留意，才能為自己及家人的幸福多增添一分保障。