脂肪便

東邦大学医療センター大森病院消化器内科教授
五十嵐　良　典
（聞き手　林田康男）

大人で白い便が出るといった主訴の場合、何を考えればよいのか。
また脂肪便とは、見かけ上どのような便なのか、ご教示ください。
＜富山県開業医＞

林田　五十嵐先生、まず便の色ですが、普通、黄色い、あるいは少し緑がかっている。この便の色は何かというところからちょっとお話しいただけますか。

五十嵐　便は、肝臓からできる胆汁という消化酵素とビリルビンという色素が混じっています。胆汁の中には胆汁酸塩と、胆汁の色素（ビリルビン）があり、その色素がちょうど食べ物に混じって消化されて出てくると、茶色になったり、褐色になったりします。胆汁の色素により便に色がつきます。

林田　そうしますと、白色便、色がない便というのは、まず何を考えたらよろしいでしょうか。

五十嵐　胆汁の流れていく経路のどこかしらに問題があるのではないかということで、胆汁ができる肝臓から、最後、到着点である十二指腸までの間に、流れる場所が閉塞したり、詰まっていたり、そうでなければ、肝臓自体で胆汁をつくる力が落ちている場合と、両方考えられます。

林田　そうしますと、いわゆる胆汁の流れが止まるということですから、黄疸と関係がありますね。

五十嵐　そうですね。胆汁の流れが止まりますと、胆汁がたまってきて、簡単にいえば、血液のほうに逆流し、血液の中にビリルビンが増えてきて、ビリルビンが３㎎という値を超えてくると、見た目で黄色くなってきますので、黄疸も一つのサインだと思います。

林田　そうしますと、まず白色便のときにはどういう病態を考えたらよいでしょうか。

五十嵐　まず一番考えやすいのは、

胆汁が出にくくなる病気で、頻度的に一番多いのは結石ですね。総胆管結石などです。２番目には、癌で、胆汁の流れに影響するところの癌ですから、例えば乳頭部癌とか、膵臓の膵頭部癌、あとは胆管癌、特に総胆管にできている癌が考えられます。

林田　いわゆる白い便がどのぐらい続くと、異常としてとらえたらいいでしょうか。

五十嵐　子どもなどで、ウイルス性の病気で時々便が白くなる場合があるのですが、これは１～２日ですので、心配ありません。結石とか癌では、ある程度白色便が続きますので、２～３日以上続くようでしたら、お医者さんに相談するのが一番いいかなと思います。

林田　ほかに、白色の中に非常に紛らわしいものとして脂肪便があるかと思うのですが、これはどのように考えたらよろしいでしょうか。

五十嵐　皆さんご存じのように、脂肪というのは非常に比重が軽いものですから、水に対して浮きます。脂肪便というのも、白色便とはちょっと違うのですが、よくある場合として、お手洗いに行ったときに、便器のところに便が浮いて、ちょっと脂がある。そういうものを脂肪便といいまして、一番多いのは、脂肪分の多い食べ物を食べ過ぎた場合に、消化不良で脂肪便になるということがあります。あとは、脂肪が消化されない場合です。脂肪を消化する酵素、いわゆるリパーゼとか、膵臓の酵素なのですけれども、そういうものが出にくくなっているときに脂肪便などがあります。

林田　今、先生のお話をうかがっていますと、膵臓の疾患のときに脂肪便が出るというふうに考えてよろしいでしょうか。

五十嵐　そうですね。通常、膵臓はなかなか働きが落ちてこないのですけれども、ある程度慢性の膵炎とか膵臓の病気が進んできますと、膵臓のいわゆる外分泌といいまして、リパーゼとかの消化酵素が出にくくなってきますので、そうすると脂肪便というものが出現します。

林田　脂肪便のときに、これは脂肪便ですよという検査方法は何かありますか。

五十嵐　昔は便の脂肪を調べる検査があったのですけれども、今、これといった検査はやっていないのですが。

林田　そうすると、見た目で判断するということでよろしいでしょうか。

五十嵐　そうですね。

林田　例えば、白色便あるいは脂肪便が出たときの検査ですが、これを簡単にお話しいただけますか。

五十嵐　一番簡単な検査といえば血液検査で、肝機能、胆道系の酵素、膵酵素などを血液検査でみていただければ、簡単にわかると思います。

林田　血液で異常があるという場合には、次のステップとしてはどういう検査になりますか。

五十嵐　痛くない検査からいけば、腹部の超音波検査があります。あとは、もう少しよく調べるとしたら、CT検査。CTは最近非常によくわかるようになってきまして、胆管や膵臓に石があるかないかとか、癌があるかないかというのはけっこうわかると思います。

林田　ほかの検査はどうでしょうか。

五十嵐　あとは超音波内視鏡、いわゆるスコープというものの先端に超音波がついていまして、それで胃や十二指腸から膵臓を超音波でみる検査です。あとは、内視鏡を使って、十二指腸まで入れて、乳頭から造影剤を入れまして、胆管、膵管を造影する、内視鏡的膵管造影、胆管造影、いわゆるERCPという検査があると思います。

林田　CTのほかにMRCP、これは今、精度はどうでしょうか。

五十嵐　MRCPも最近どんどん機器の性能が上がっていますので、非常に有用ですが、１日に行える検査数がどうしても限られてしまいます。患者さんに負担が少ないのでMRCPはCT検査と同じぐらい、情報が簡単に得られます。腹部の体外式超音波検査、CT検査、MRCPなどを施行して、そこで異常があった場合には内視鏡的な検査をされたらいいのではないかと思います。

林田　白い便のときには、いわゆる胆道系あるいは膵臓系の病気があるので、それを根治的に治療する。いわゆる脂肪便、膵臓の機能が落ちたとき、これを治す方法といいましょうか、保存的な治療法といいましょうか、完全なものはなかなか難しいと思いますけれども、どのように気をつけたらいいでしょうか。

五十嵐　膵臓を悪くする原因として一番多いのがアルコールなのです。お酒をずっと飲み続けている方に慢性膵炎という病気が出てきますので、まずお酒をやめてもらうことが一番大事です。

その次に、いわゆる膵臓の炎症を少しやわらげる膵酵素系のお薬を飲んでいただいたり、あとは消化酵素を少し多めに飲むということが勧められています。

林田　あと、生活の中で予防は何かありますか。

五十嵐　予防としては、少し脂っこいものを控えていただくことと、やはりお酒を控えていただくことが一番大事ではないかと思います。

林田　実際に脂肪便というのは、いわゆる食事が欧米化してくると増えるものなのでしょうか。

五十嵐　やはり増えますね。一番簡単な例は、肉をたくさん食べて、ビールを飲めば、これはだいたい健康な人でも脂肪便になります。和食を食べて

いる分にはありません。お肉とか洋風のものをたくさん食べれば、脂肪便は出てくると思います。

林田　そうしますと、自分の排泄した便の性状を見ることが一つ大事である。

五十嵐　大事ですね。

林田　それから、脂肪便が出るようであれば、日常生活上、自分はちょっと脂肪食を取り過ぎているのかどうか、そういうことをチェックすることが大事になりますね。

五十嵐　そうですね。よく遅くまで働かれる方ですと、夜遅く食事をして、お酒を飲んで、おなかがすいてラーメンを食べてしまうとか、そういう方もいらっしゃいますので、そうすると過食になるので、どうしても脂肪便になるかなと思います。

林田　あと、白色便、脂肪便に対する注意事項といいますか、あるいは最近のトピックスがあればお話しいただきたいのですが。

五十嵐　白色便が出た場合ですと、石であれば、内視鏡的に石はほとんど切らずに取ることができます。あとは、早期の癌であれば、これは手術で切除することが大事かなと思います。

林田　それから、日常的に気をつけること、例えば石などは何かありますか。

五十嵐　石は無症状のことが多いのです。ただ、ある日突然、腹痛が起きたりとか、それから前兆的に時々右季肋部が痛んだりすることがあるようです。何気なく右季肋部が痛んでいる方というのは一度、超音波検査でみていただいたらどうでしょうか。

林田　そうしますと、白色便あるいは脂肪便のときには、肝臓・胆臓・膵臓系の病気が何かあるだろうということで、それに対する精密検査をしていくということになりますか。

五十嵐　そうですね。血液検査と超音波検査だけでもかなりのところがわかりますので、簡単に受けられるので、検査を受けられたほうがいいと思います。

林田　どうもありがとうございました。