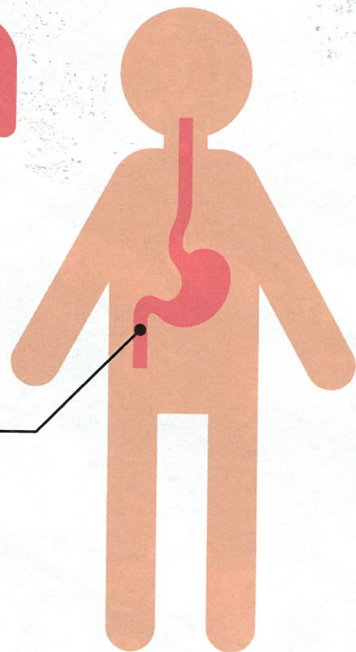


# 臓器のはなし



## 今月は 十二指腸

### 消化液から守るため 心の健康を保とう

栄養素の吸収前の  
最終的な消化器官

長さ6〜7mの小腸全体の25cmほどの入り口部分が、十二指腸です。この十二指腸の壁には、すい臓と胆のうから各々のびているすい管と胆管の開口部があり、そこから消化液のすい液と胆汁が注がれ、胃から運ばれてきた食物と混ぜて分解が行

われます。いわば消化の最終関門が十二指腸。そして分解されてできた単糖質やアミノ酸などの栄養素の大部分は、小腸で吸収されます。

十二指腸は胃とも直接つながっていて、胃酸は食物と一緒に胃に入ってきた細菌を殺菌しますから、がんなどで胃を全摘した場合は小腸（十二指腸）に大きな負担がかかります。また全摘後は、胃の中で消化されて少しずつ小腸に移動していた食物が未消化のまま流れ込みます。

糖分が急に小腸に入ってしまうと血糖値が一気に上がり、これを下げようとして大量のインシュリン（血糖値を下げるホルモン）が出されます。すると血糖値は極端に上がった反動で、急激に下がって低血糖に。これがダンピング症候群で、頭痛やめまいの他、冷や汗が出たり脈が速くなったりします。

### 仕事など過度の ストレスで潰瘍に…

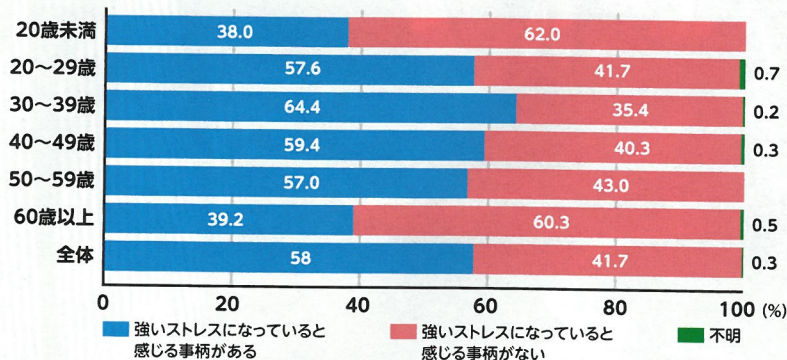
胃から流れてくる胃酸にさらされているのが十二指腸。胃酸が入ってくると、すい臓と胆のうからアルカリ性の液が分泌されるため、強い酸

性状態は緩和されます。ただし、胃潰瘍と同じように胃酸による攻撃と、粘膜による防御の働きのバランスが崩れることで十二指腸潰瘍が発症。前兆としては胃潰瘍と同様、みぞおち付近が痛くなり、特に空腹時に痛むのが特徴です。十二指腸は胃よりも壁が薄いため、潰瘍がひどくなると穴が開いてしまうケースも。

十二指腸潰瘍の治療は、PPIやH2ブロッカーと呼ばれる胃酸分泌抑制薬によってほとんど手術はなくなり、穴が開いた場合は内視鏡による止血治療を行い、出血が止まらなければ開腹手術が必要です。

潰瘍は、過度のストレスに起因するケースが多い病気。ストレスがかかるとう酸性過多になり、胃酸が十分に中和されず、粘膜に潰瘍ができてしまうのです。強いストレスがかかると自然に体が抵抗して、それを感じなくなることがあります。自覚のないまま強いストレスを抱え込み、潰瘍が発症する危険性もあるので、ストレスチェックなどを活用し、日頃から自分のストレスについて調べておきましょう。

仕事や職業生活に関して強いストレスを感じている人の割合



出典：厚生労働省「平成30年 労働安全衛生調査(実態調査)」より作成

監修

浅海 直  
あさうみ すなお  
(医療法人社団 平成医会 産業医)



1993年千葉大学医学部卒。2007年12月まで松戸市立福祉医療センター東松戸病院(内科副部長)、2008年1月より板橋区役所前診療所に勤務。専門分野は糖尿病、脂質異常症、甲状腺疾患等の代謝・内分泌疾患および老年医学。