

# 全身の症状



山口内科院長  
山口 泰 (やまぐち やすし)

1959年生まれ。順天堂大学医学部卒業後、肝臓病を研究。米国カリフォルニア大学サンディエゴ校留学などを経て、鎌倉市大船で開業。内科系家庭医として幅広く診療を行っている。著書に「わかって治す! 家庭の内科学」(ごま書房)がある。



## 疲れが取れない

貧血や甲状腺機能低下症、うつ病はないかチェック

休養してもなかなか疲れが取れない、だるい、といった訴えは、内科の症状として最も多く、原因となる病気を絞り込むのは容易ではありません。

まず疑われるのは「貧血」や「甲状腺機能低下症」で、これらは血液検査によって診断できます。貧血の背景に子宮筋腫や大腸がんが見つかることもあり

肝臓病、とりわけ「肝硬変」

が進行しているケースでは強い倦怠感が生じますが、その場合には黄疸などの症状も現れます。また、長期の微熱を伴う場合には「肺結核」などの慢性炎症や「悪性腫瘍」を疑ってみる必要があります。さらに、「心不全」「呼吸不全」の可能性もありますので、そのほかの症状の有無を確認しましょう。

睡眠が十分取れているか、仕事で激務でないかなど生活環境の点検なども必要です。不眠から疲れを訴えてくる患者さんの場合、うつ病を疑うこともあり

## むくみがあまる

重症のサイン

ます。病気が潜んでいるのではと心配して疲労感を強めているケースもあるので、疑わしい病気を順に晴らしていきます。これといった病気がないのにひどい疲れが続く場合は、慢性疲労症候群(34ページ参照)を疑ってみることも必要でしょう。

人間の体重の約60%は水です。

その約3分の2が細胞の内側に、残りの3分の1は血液中や細胞と細胞の隙間(間質)にあります。間質の水分は間質液と呼ばれ、体重の15%に相当します。むくみは、この間質液がコントロール不能になって増えたものです。その理由として、次の四つを挙げることができます。

### ①毛細血管内圧の上昇

毛細血管壁の小さな隙間から水分が漏れだし、間質液が増えます。「心不全」が代表的な原因疾患です。

### ②血液中アルブミンの減少

タンパク質が少なくなると膠

質浸透圧が低下し、血液中の水分が毛細血管からしみ出して間質液が増えます。原因としてはネフローゼ症候群などの「腎臓病」や、肝硬変などの「肝臓病」があります。

### ③毛細血管壁の傷害

血管外へアルブミンが漏れ、組織中の膠質浸透圧が上がると、血液中の水分が組織間へしみ出します。毛細血管の傷害は「炎症」などで起こります。

### ④リンパ流の停滞・途絶

リンパ管へ流出した間質液は流れが滞ると逆流します。リンパ流が滞る原因は「がんのリンパ節転移」や「手術後の後遺症」などがあります。

治療は原因に応じて、心不全なら心不全の治療を、炎症なら抗生物質やステロイドなどの抗炎症薬を使います。血管内のアルブミンが不足している場合はアルブミンの点滴や材料となるアミノ酸、タンパク質を摂取します。余分な水を尿に出す利尿薬も使います。

いずれにせよ、疲労やむくみが続くようなら、かかりつけ医を受診しましょう。