

□海外文献紹介□

シメチジンはランニングに起因した胃腸出血を減らす

Cimetidine reduces running-associated gastrointestinal bleeding—A prospective observation: *Bask RS, et al* (Dig Dis Sci 35: 956-960, 1990)

消化管出血が持久走の際に起こることはよく知られており、その頻度はマラソン完走者の8~30%、100マイルウルトラマラソン完走者では85%と言われている。著者らは100マイルウルトラマラソンの1時間前と50マイル地点で投与されたシメチジン(1回量800mg)が消化管出血を抑制できるか否かを検討した。

対象は1989年に行われたある100マイル耐久レース参加者82名のうちレース前後のアンケートと便潜血検査に協力した25名で、シメ

チジン投与群は9名、非投与対照群は16名であった。年齢構成、性別、トレーニング歴には有意の群間差はなかった。便潜血検査はヘモカルト法で、レースの1週間前の3回分とレース後最初の3回分の排便について施行された。

レース前の便潜血検査は全例陰性であった。レース後シメチジン群は9例中1例(11%)が陽性となったのに比し、対照群では16例中14例(87.5%)が陽性となった( $p \leq 0.05$ )。レース中に消化管症状を覚える者は多いが、殊に、悪心、嘔吐は便潜血陽性者に頻度が高かった。シメチジン群では悪心の程度も軽かった。完走者は両群とも44%前後、非完走者を含めた走行距離は両群とも85マイル余で有意差はなかった。

消化管出血の原因としてしばしば胃体部領域の出血性胃炎が内視鏡的

に確認され、ストレスやショック時の所見と似ているとの報告がある。その成因の1つは胃粘膜の虚血で、ランニング時には80%にまで内臓血流が減少すると言われている。もう1つは酸の関与である。中等度のランニングは胃酸分泌に影響しないが、高度の運動負荷は酸分泌を急激に減らす。ウルトラマラソンは走行中に飲食をするので内臓血流減少による胃粘膜虚血の影響をより受けやすい。他方、走るペースが遅い分ストレスは比較的軽く、酸が出血性胃炎の成因として関与している可能性はある。

この研究は長距離持久走時の消化管出血の成因解明となるばかりでなく、長距離走時の種々の症状予防の面からも有用と結んでいる。

(愛知県がんセンター内視鏡部

伊藤克昭 抄)