



※ IBDと生きるわたしから お仕事で関わる方へ

※IBD(Inflammatory Bowel Disease): 炎症性腸疾患



氏名:

制作:  EAファーム株式会社

監修: 株式会社グッテ

2025年11月作成
AEA-J-1-PM-05172

お仕事で関わる方へお伝えしたいこと

IBD(炎症性腸疾患)について



IBD(炎症性腸疾患)は、腸の粘膜に炎症が起こる病気で、潰瘍性大腸炎とクローン病が代表的な国の指定難病です。

個人差はありますが、下痢、腹痛、血便、体重減少、発熱などが代表的な症状で、良くなったり悪くなったりを繰り返すのが特徴です。若年層での発症が多く、患者数は年々増加しています。多くの患者さんは治療を続けながら問題なく仕事も両立しています。

財)難病医学研究財団/難病情報センター
クローン病(指定難病96)、潰瘍性大腸炎(指定難病97) <https://www.nanbyou.or.jp/> (2025年8月閲覧)より

腹痛・下痢・粘血便・体重減少などが代表的な症状です。



次のようなことについて、ご理解いただけますと幸いです。

✓ **仕事中(会議中等)に、
突然トイレに行くことがあります。**

突然激しい便意に襲われ、トイレに行くことがあります。部屋の出入り口近くに席を配置いただいたり、勤務時間中でも自由にトイレに行けると負担軽減に繋がります。



✓ 通院のためにお休みをいただくことがあります。

定期的な通院のために、お仕事を休むことがあります。また急激に病状が悪化した場合、治療のために一時的に入院することがあるかもしれません。



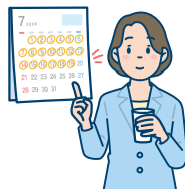
✓ 勤務場所や時間の調整をご相談させていただくことがあります。

体調によっては通勤に不安があるため、その際は在宅勤務や時差出勤、勤務時間の調整をご相談させていただくことがあります。また座って業務する時間も確保できましたら、負担を軽減することができます。



✓ お薬の服用や体調ケアのための休憩をいただく場合があります。

決まった時間にお薬を服用したり、治療状況によっては自身で注射を打つ場合があります。そのような場合に、体調ケアのための休憩をいただくことがあります。



✓ 食事会や飲み会に出席できないことがあります。

体調のことを考えて食事を制限している場合があり、食事会などに出席したくてもできない場合や、お酒が飲めない場合があります。



✓ お薬の影響が現れる場合があります。

服用しているお薬の影響で体重が増えたり、顔まわりがふっくらしたりという外見の変化が現れる場合があります。

※患者さんへ：副作用が発生した際は、かかりつけ医もしくは薬剤師に相談してください。



IBD(炎症性腸疾患)を詳しく解説



IBD(炎症性腸疾患)
Inflammatory Bowel Disease

小腸や大腸に慢性的な炎症が起きる
原因不明の疾患です。

潰瘍性
大腸炎

原則
大腸で発症



イメージ図

クローン病

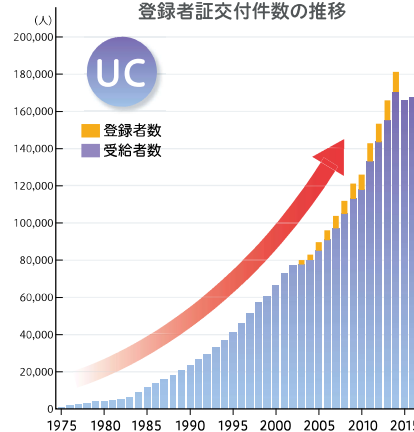
小腸・大腸
(全消化管)
で発症



イメージ図

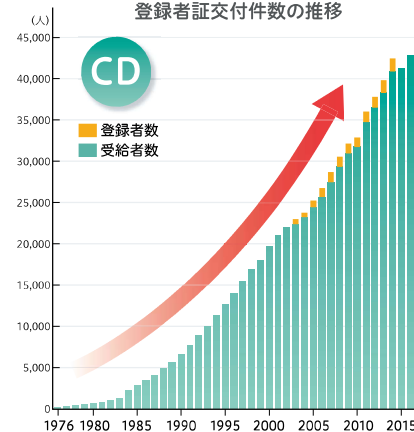
IBD患者数は年々増加しています！

潰瘍性大腸炎の医療受給者証および
登録者証交付件数の推移



財)難病医学研究財団/難病情報センター 潰瘍性大腸炎(指定難病97)
病気の解説(一般利用者向け)
(<https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>, 閲覧日: 2025年8月)より改変

クローン病の医療受給者証および
登録者証交付件数の推移



財)難病医学研究財団/難病情報センター クローン病(指定難病96)
病気の解説(一般利用者向け)
(<https://www.nanbyou.or.jp/entry/81>, 閲覧日: 2025年8月)より改変

2015年の調査によると、日本には30万人近い患者さんがいると言われています。
また、IBDは幅広い年代で発症しますが、多くのライフイベントを控える10代~30代の若年層で発症することが多い病気です。

財)難病医学研究財団/難病情報センター
潰瘍性大腸炎(指定難病97)病気の解説(一般利用者向け)(<https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>, 閲覧日: 2025年8月)
クローン病(指定難病96)病気の解説(一般利用者向け)(<https://www.nanbyou.or.jp/entry/81>, 閲覧日: 2025年8月)

どんな経過をたどる病気か？

IBDは症状が落ち着いている「寛解期」と症状が悪化する「活動期」を繰り返します。そのため、継続的な治療により寛解期を長く保つことが重要です。調子が悪くなる時もありますが、適切な治療を継続することで、IBDになる前とほとんど変わらない生活を送ることができます。

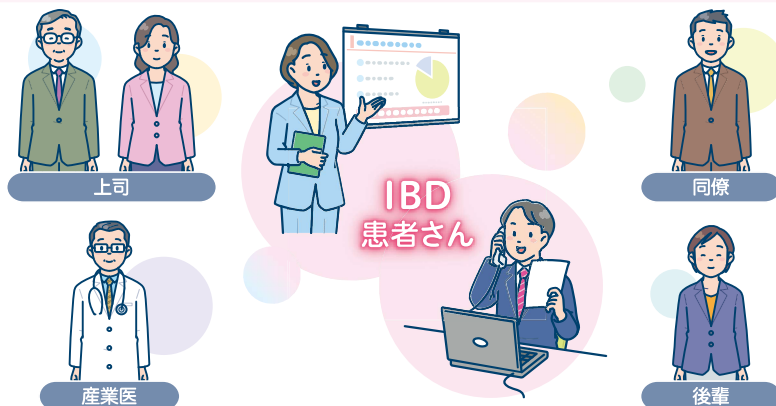
イメージ図



難治性炎症性腸管障害に関する調査研究班（鈴木班）潰瘍性大腸炎の皆さんへ知っておきたい治療に必要な基礎知識「令和元年度において、厚生労働科学研究費補助（難治性疾患等政策研究事業（難治性疾患政策研究事業））を受け、実施した研究の成果」第4版 P1, 2020を参考に作成

POINT

「大変な病気」と感じるかもしれませんが、**IBDは症状が落ち着いていれば、ほぼ普通の生活を送ることができます。**体調を心配するあまり過度に気を遣う必要はありませんが、病気の不安を気軽に相談できる職場環境がIBD患者さんの安心感に繋がります。



IBD(炎症性腸疾患)をもっと知りたい場合には？



以下のそれぞれのURL、二次元コード（2025年8月閲覧）からIBDに関する情報を入手できます。IBDについて理解を深めるために、ご活用ください。

難病情報センター

<https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>



難病患者の就労支援（厚生労働省HP）

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000146556.html>



厚生労働科学研究費補助金難治性疾患政策研究事業

「難治性炎症性腸管障害に関する調査研究」班ホームページ（患者さん・家族情報）
<http://www.ibd-japan.org/patient/>



日本炎症性腸疾患学会（JSIBD）

<https://www.jsibd.jp>



日本炎症性腸疾患協会（CCFJ）

<https://ccfj.jp/>



一般社団法人 IBD患者さんの日常生活を彩る会

<https://www.ibd-irodoru.com/>



株式会社グッテ

<https://goodte.jp/>



NPO法人IBDネットワーク

<https://ibdnetwork.org/>



わたしのトリセツ

これから働く潰瘍性大腸炎とクローン病のあなたへのメッセージ
https://ibdnetwork.org/wp02/wp-content/uploads/Employment-booklet_A4.pdf



IBD専門情報「CCJAPAN」(株式会社三雲社)

<https://www.mikumosha.co.jp>



IBDプラス

<https://ibd.qlife.jp/>



わたし自身のこと

氏名: _____ 記入日: _____ 年 _____ 月 _____ 日

わたしの病気と現在の状態

● わたしの診断名 ☐ 潰瘍性大腸炎 ☐ クローン病

● 現在の体調や症状: _____

通院や治療の状況

● 通院頻度: _____

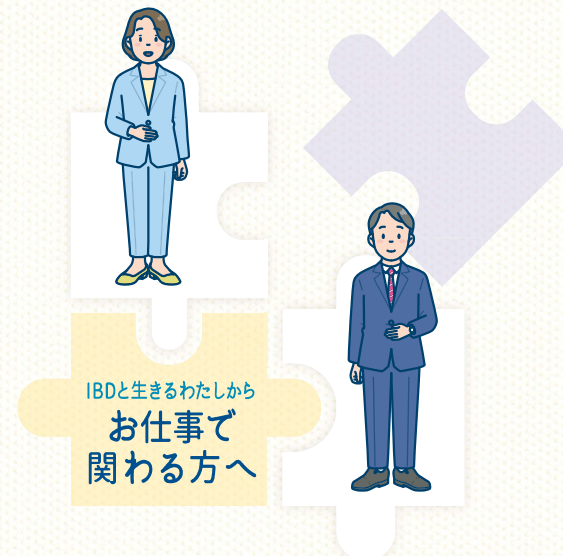
● 通院にかかる時間: _____

● 現在の治療状況(お薬など): _____

職場に伝えておきたいこと

(例:調子が優れない時は、トイレの都合で電車通勤が負担になるので、リモートワークを活用させていただけると有難いです。)

■ 主治医からのコメント ※疾患の現在の状態、就業上の留意事項、今後の治療等



EAファーマ株式会社
患者さま・ご家族の皆さま
<https://www.eapharma.co.jp/patient>



株式会社グッテ
公式サイト
<https://goodte.jp/>

制作:  EAファーマ株式会社

監修: 株式会社グッテ