

《2020年中国肠易激综合征专家共识意见》解读 肠易激综合征：关键机制下的个性化治疗

医师报讯（融媒体记者 蔡增蕊）肠易激综合征（IBS）是临床常见病，近年来对其认识不断更新。为更好地指导我国 IBS 的基础研究和临床诊治，近期，中华医学会消化病学分会胃肠功能性疾病协作组牵头，组织国内相关领域多名专家对 IBS 的定义与病因流行病学、病因与发病机制、诊断和治疗进行讨论，修订并发布了《2020 年中国肠易激综合征专家共识意见》。

本报特邀共识执笔者之一，上海交通大学医学院附属仁济医院消化科、上海市消化疾病研究所陈胜良教授对共识的重点、亮点内容，以及我国 IBS 诊疗现状，面临的困难与挑战等进行解读，并分享临床处置 IBS 的经验与思考。



陈胜良 教授

新版共识更利于理解和把握疾病本质

指南亮点

五项非常规药物治疗陈述

- ☆ IBS 的治疗目标在于改善症状、提高生活质量。
- ☆ 个体化综合治疗举措是实现此目标的合理策略。
- ☆ 建立良好的医患沟通和信任关系是 IBS 诊疗实践的开端；避免诱发或加重症状的因素，调整相关的生活方式对改善 IBS 症状有益；心理认知和行为学指导是 IBS 诊疗以及疾病管理的必要环节，心理治疗需符合我国《精神卫生法》的规范。
- ☆ 强调应用神经递质调节药物是提升合并精神心理病因和临床表现以及难治性 IBS 疗效的有效手段。
- ☆ 用“神经递质调节药物”代替“中枢神经药”“抗抑郁药”“精神类药物”等术语，或许有助于非精神专科医生理解治疗 IBS 的中枢和外周机制，便于医患沟通，提高患者的依从性。

研究

陈胜良教授介绍，共识关于 IBS 的定义和流行病学部分有 5 条观点陈述。腹痛、腹胀或腹部不适是 IBS 的主要腹部症状，而不像罗马 IV 标准那样只强调腹痛。此举更有利于在我国文化背景下理解 and 把握 IBS 疾病的本质。

多种因素参与 肠脑互动异常的 IBS 机制

共识指出，我国患病

率（1.4~11.5%）、就诊率（仅 25%）、女性略高于男性、中青年（年龄为 18~59 岁）多发、老年人（年龄 ≥ 60 岁）患病率下降等描述主要参考了我国大陆地区的文献数据，而且饮食因素可诱发或加重 IBS 症状（但与 IBS 亚型无关），肠道感染是我国 IBS 患病的危险因素，并指出 IBS 会显著影响患者的生活质量。

病因和发病机制部分的 6 条共识观点首先强调多种因素参与的肠-脑互动异常的 IBS 机制，包括内脏高敏感、动力紊乱、肠道低度炎症和微生态异常等，同时补充提及慢性应激和抑郁焦虑的情绪等也是 IBS 症状产生和加重的因素。

诊断需重视警报征象

诊断部分包含 6 条共识观点，沿用了基于症状和适当必要的检查来诊断 IBS 的原则，并强调需重视警报征象，譬如年龄 > 40 岁、便血、粪便隐血试验阳性、夜间排便、贫血、腹部包块、腹水、发热、非刻意体重减轻、结直肠癌和 IBD 家族史等。

IBS 的 4 种亚型（IBS-D、C、M 和 U）诊断沿用罗马 IV 标准基于粪便性状的做法，提出 IBS 与其他功能性肠病、功能性排便障碍存在转换和重叠的新观点，并指出症状重叠也可包含功能性消化不良、胃食管反流病。共

识还强调了评估 IBS 的严重程度应涵盖肠道症状、肠道外症状、精神心理状态和生活质量等。

新增：促分泌剂改善便秘

陈胜良教授介绍，IBS 常规药物治疗部分诠释了迄今被文献支持用于 IBS 治疗的常规药物的适应证和疗效特点。共识指出：解痉剂对 IBS 腹痛疗效明显；止泻剂可有效改善 IBS-D 的腹泻症状；肠道不吸收的抗菌药物可改善非 IBS-C 的腹胀、腹泻以及总体状况；渗透性泻剂可提高 IBS-C 的排便频率，并改善粪便性状。

关于促分泌剂改善 IBS-C 便秘症状的叙述是共识新增的观点，并补充强调了鸟苷酸环化酶 C 激动剂同时对腹痛的疗效明显。这部分还提出，益生菌对改善 IBS 症状有一定疗效。陈胜良教授指出，“共识强调了中医药对改善 IBS 症状有效，并期待更多高质量研究。”

IBS 最具功能性胃肠病特征

无论是病因发病机制，还是诊疗实践的方方面面，IBS 均是最具功能性胃肠病特征的疾病实体。

陈胜良教授指出，IBS 带给患者的主要危害在于影响生活质量以及心理健康。因此，药物治疗应个体化，并针对症状产生的关键机制。

鉴于社会心理、生活方式方面的因素是 IBS 患病的主要病因来源，药物疗效只能是阶段性的，疾病彻底治愈最终以医生指导下的患者自我救赎。

一方面，我国社会发展和人们生活方式的加速变革无疑会增加 IBS 患病率；另一方面，我国 IBS 就诊率低、基层医生（包括患者）对疾病的知晓率、对病因和发病机制的理解程度差、药物治疗的规范化参差不齐、对 IBS 疾病管理理念缺乏等诸多方面有提升的空间。这种情况下，解读和学习共识对

我国 IBS 诊疗现状的改观值得期待。

陈胜良教授表示，在我国文化和医疗背景下，期待 IBS 处置实践领域取得多项进展：

第一，各级医师提升“以人为本”的医患沟通和治疗理念；

第二，传统中医药理念和手段在 IBS 治疗和管理实践中发挥更大作用。



扫一扫
关联阅读全文

消化专栏编委会

栏目总编辑：张澍田

执行主编：

陈旻湖 侯晓华 贾继东
李 鹏 李兆申 倪健敏
唐承薇 杨云生 袁耀宗

主编助理：李 鹏



融媒体中心
MEDIA CENTER

360万医师都在看……

祝贺医师报邮局订阅连续四年上涨

关注医学 剖析医事 服务医师
敬请订阅2021年《医师报》

影响百万医师的融媒体矩阵传播平台

