

一般財団法人脳神経疾患研究所・社会福祉法人南東北福祉事業団・医療法人社団三成会・医療法人社団新生会



南東北

第307号 院是「すべては患者さんのために」

URL: <http://www.minamitohoku.or.jp> E-mail: info@mt.strins.or.jp

総合南東北病院・南東北福島病院
 附属須賀川診療所・大越診療所・滝根診療所
 南東北裏磐梯診療所・南東北松原診療所・泉崎南東北診療所
 南東北医療クリニック・南東北眼科クリニック
 南東北がん陽子線治療センター
 介護老人保健施設ゴールドメディア・同南東北福島・同南東北川俣・同三春南東北リハビリケアセンター・同泉崎南東北リハビリケアセンター
 南東北訪問看護ステーションゴールドメディア・同たんぼば・同船引・同福島・同泉崎
 総合南東北福祉センター・シルクロード館
 東京総合保健福祉センター江古田の森
 南東北春日リハビリテーション病院・新百合ヶ丘総合病院
 南東北第二病院



西野消化器センター長

「便秘」に悩みながら体質だから仕方がない、我慢するしかない—と思う人がまだ多いようです。便秘を放置して腸が破裂したり、がんが見つかったという例もあります。実際に外来で診察すると自分が便秘

「便秘」は治療が必要な病気です！

便秘に悩みながら放置して腸が破裂したり、がんが見つかったりする例が多く、まだまだ「便秘には治療が必要」という意識は低いようです。8月18日(金)に総合南東北病院で開かれた8月医学健康講座で西野徳之消化器センター長(消化器内科)が「便秘は治療が必要な病気です」と題して講演した内容を要約し便秘の治療・解消法を学びます。

画像診断で「隠れ便秘」探し 便秘は万病の元、見逃さないで

便秘に悩ましながら放置して腸が破裂したり、がんが見つかったりする例が多く、まだまだ「便秘には治療が必要」という意識は低いようです。8月18日(金)に総合南東北病院で開かれた8月医学健康講座で西野徳之消化器センター長(消化器内科)が「便秘は治療が必要な病気です」と題して講演した内容を要約し便秘の治療・解消法を学びます。

だど認識していない人が意外に多いようです。便秘をするとき大抵は座ってしますが、実際は前かがみになった方が排便しやすいことはお分かりだと思えます。寝たきりだと直腸と肛門の出口に角度が出来てしまいが、前かがみだと真つ直ぐになり出しやすくなります。寝たきりの高齢者が便を出しにくくなるのは当然。週に一回では溜まった便の水分が腸で吸収されて硬くなって出せなくなり、決して良くありません。ある調査では日本人の排便回数は週に3〜7回が66・6%。つまり毎日か一日おきです。回数が多いと便秘の自覚はないが、硬くて排便時にいきまなければならぬ場合に便秘を自覚するそうです。

腹痛など便秘型過敏性腸症候群(IBS)患者に症状改善の重要性を尋ねた米国の調査で「非常に負担」が72%あり、腹部膨満感や不快感、残便感などで日常生活にも影響があると半数以上が答えています。支障を感じたらすぐにきちんと受診し治療すべきです。ただ便秘の診断は難しい。便秘は患者さんの自己申告により

診断されるが、訴えがなければ診断も治療もされません。便秘の定義は①3日以上排便がない②毎日排便があっても残便感がある③排便間隔が不規則で硬便状態—など。これら3大症状の訴えがあつて診断されるが、中にはいきまなくても出るし、多少硬くても排便があるから自分は便秘ではないと思う人もおり、医師と患者間に便秘状態の考え方にズレがあります。

便秘は女性に多いといわれるが、高齢になると逆に男性が多くなります。便秘への対応では水分や十分な睡眠、食事の見直し、ウォシレット使用、ストレス解消、薬などを挙げ、便秘は自分で工夫するもので「病院で治療する」考えはまだ少ないようです。医師はコロナ、ポロポロ、バナナ状など便の性状を気にします。私も毎日便を見ますが日によって違います。便秘の病態は普通の時も便秘や下痢の時もあるが、便秘が多く占めている状態と考えるのが便秘を考える上で大切です。高齢者の便秘は男女平等。腸は筋肉でできており絞り出して排便しますが、腹直筋が弱まるといきみも弱くなり、直腸の収縮も悪くなって男性も女性も便が出しにくい弛緩性便秘になります。

若い女性の方は溜まっているが、我慢して便意が遠のく直腸性便秘が多い。痙攣性便秘はストレスなどで緊張する方に多く腸が締って便が通らなくなりますが、ポリリーブやがんがあつて便が通りにくいのを器質性便秘と呼んでいます。

便秘診断の問題点は①患者さんから訴えがなければ診断されない②私はX線、CTなど画像診断をするが、現在画像診断する医療機関は少ない③そのため便秘が見逃されている可能性が多いと思います。35歳女性の症例。便秘がちで腹痛のため大腸内視鏡検査依頼で来院。X線撮影で便秘と診断。(2面につづく)

今月号のなかみ

- ▶ 2面=健康生活あんないナビ、最近よく聞く言葉、1面続き
- ▶ 3面=リハ科のワンポイント・アドバイス、相談課からのメッセージ
- ▶ 4面=「東京リハビリテーションセンター世田谷」が着工、公明党の山口代表一行がB N C Tセンター視察、救急の日イベント
- ▶ 5面=がん陽子線治療センターと台湾の医院がMOU締結、脳卒中後の痙攣に対する磁気刺激治療
- ▶ 6面=総合福祉センターだより、ゴールドメディアだより、陽子線治療センターの実績、当院の目標
- ▶ 7面=口唇・口蓋・顔面修復センター開設し本格治療を開始、増子輝彦さんのコラム、10月の医学健康講座、8月の手術件数・救急車台数
- ▶ 8面=旬の健康レシピ、薬局だより、編集後記