

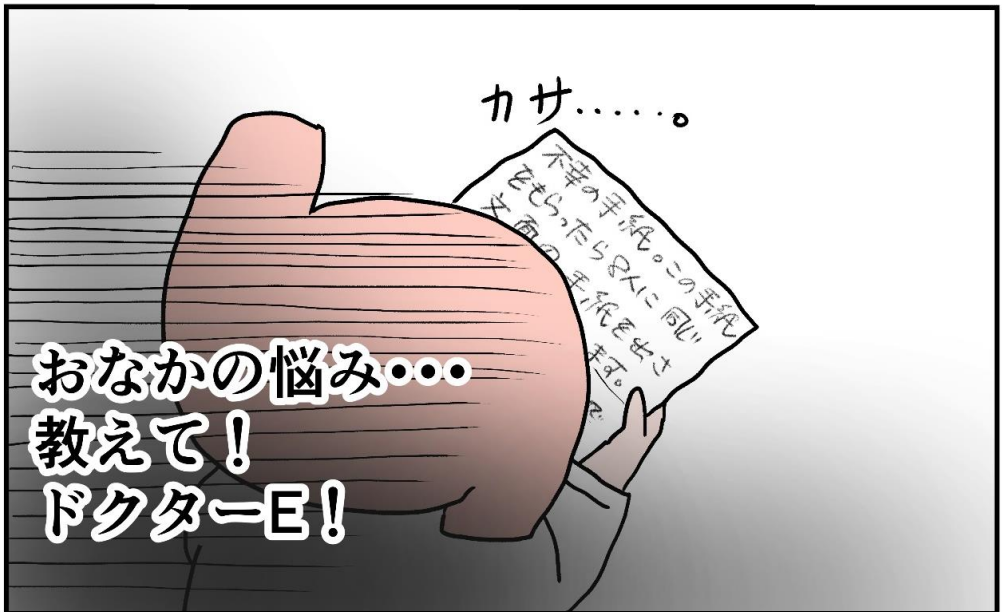
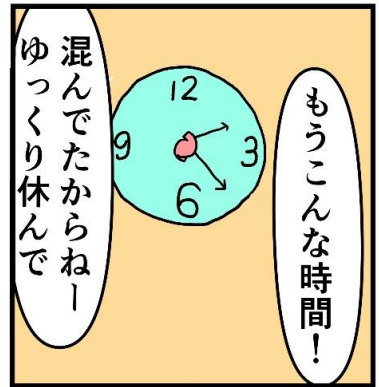
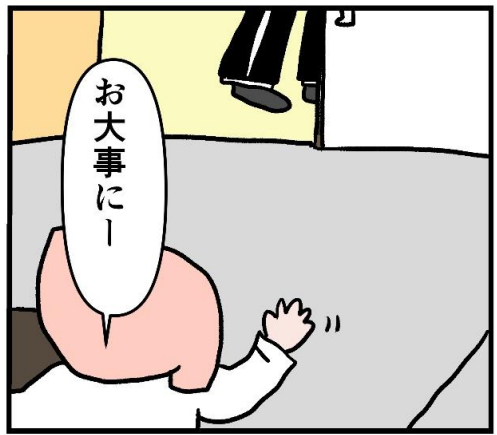
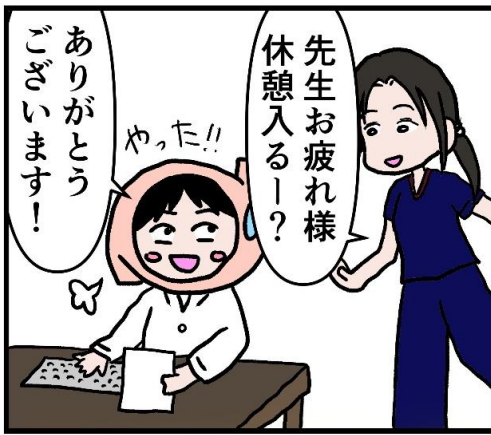
ドクターEのお悩み相談室



その3
～便秘～

絵と文 しおび

当クリニック某医師が描いた漫画です



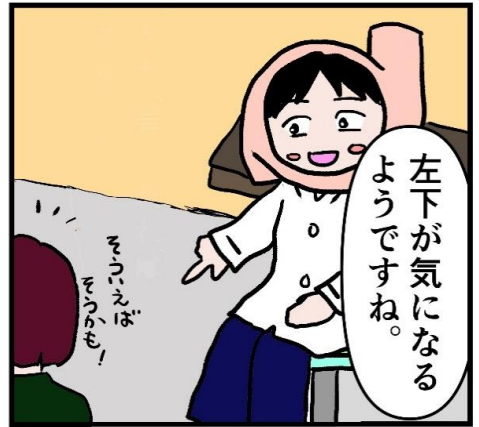
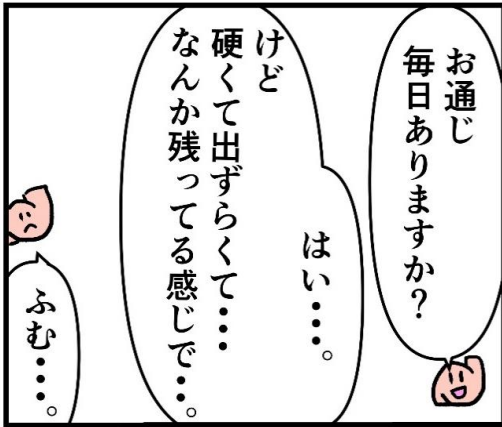
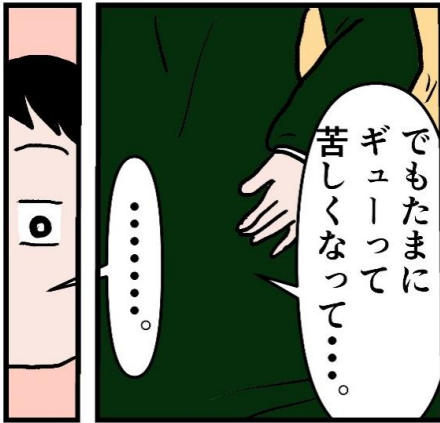


【 症例 20歳 女性 】

症状；腹部膨満感

1年くらい前から自覚しています。
おなかも時々痛くなるんです。







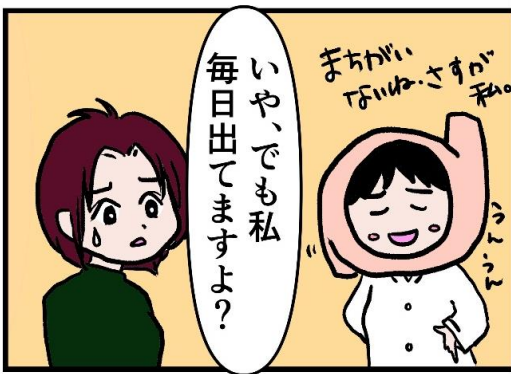
そもそも便秘とは！

「本来体外に排出すべき糞便を十分量かつ快適に排出できない状態」と定義されています。

慢性便秘
つてことも
あるんです！



毎日出ていても



慢性便秘とは？

- 排便回数の減少
週3回未満
かつ、または
- 排便困難
過度の怒責
残便感
頻回便
排便時肛門閉塞感

上記症状が2項目以上、かつ
6ヶ月以上前からあり、
最近3ヶ月間は上記の基準を
満たしていること

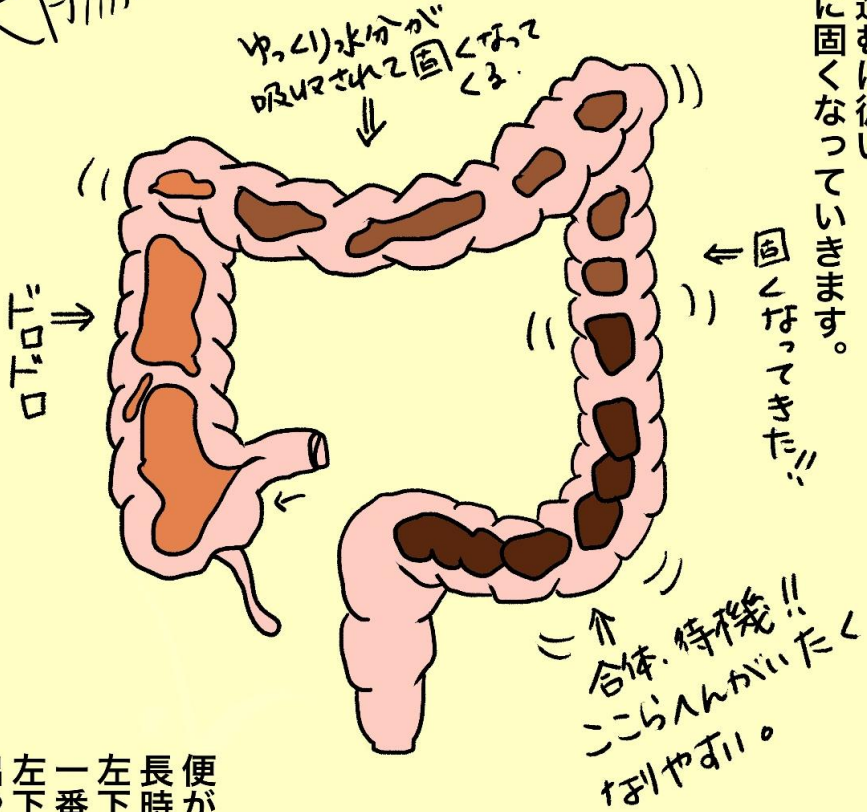
あなたの場合は硬い便で
出づらいつつ、かつ、
十分診断基準を満たします。



そいつなの!?



大腸の中イメージ図



便は進むに従い、
徐々に固くなっていきます。

固くなってきた!!

↑ 合体. 待機!!
ころんかんがいたく
たれやす!!

コロコロ

便がなんらかの理由で腸の中で
長時間停滞してしまうと、硬い便は
左下腹(S状結腸)のあたりに
一番便が貯まります。
左下腹のあたりに違和感や痛みが
出やすいのはそのためです。



あ、だから左下腹が
気になるのか

No thank you

たべようよ

②ダイエットや加齢に伴う経口摂取不足 (水分、食物繊維摂取不足を含む)

少しいいよ

トイレ

かた...い

①便が硬くて排便が困難、残便感がある状態。

便秘の原因は以下の通りです。あなたの場合は①と②が当てはまります。

11?~ うごきたくない...

大腸通過遅延型

大腸が動かない

④糖尿病での自律神経障害、女性ホルモン、加齢、薬剤性 (抗コリン薬、抗精神病薬、オピオイド) 運動不足、などによる大腸運動低下

出る?

なかに出ない

機能性便秘 排出障害

③排便の際に使う肛門の筋肉がうまく動かない、腹筋の低下など

たんかやQ~

おしり

ふつえ



元々の大腸の動きは良い
大腸通過正常型タイプなので
便を柔らかくする薬が
あっているでしょう。

その他、食事の見直しや
適度な運動なども必要です。

ほー。

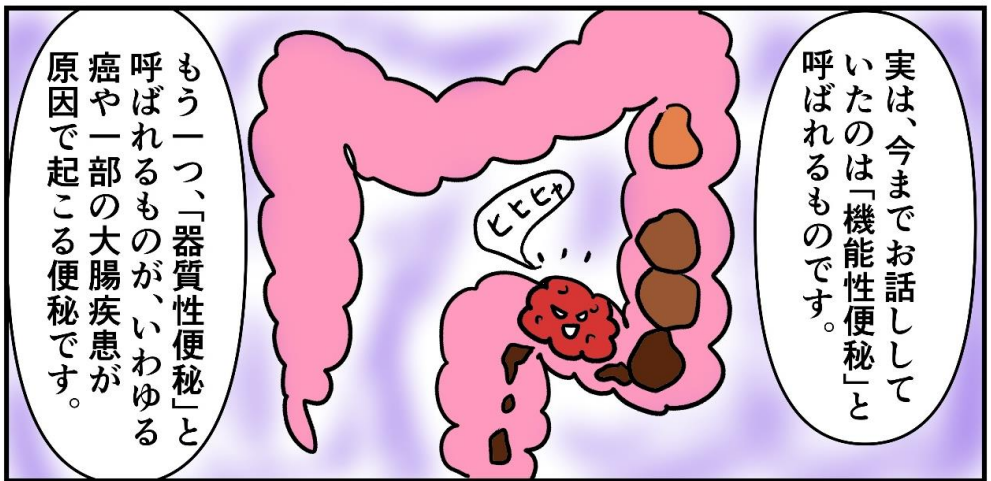


でもよかったー。

癌とか心配してたから
安心しました。

それについてですが……
話はまだ
終わっていません。

え……？

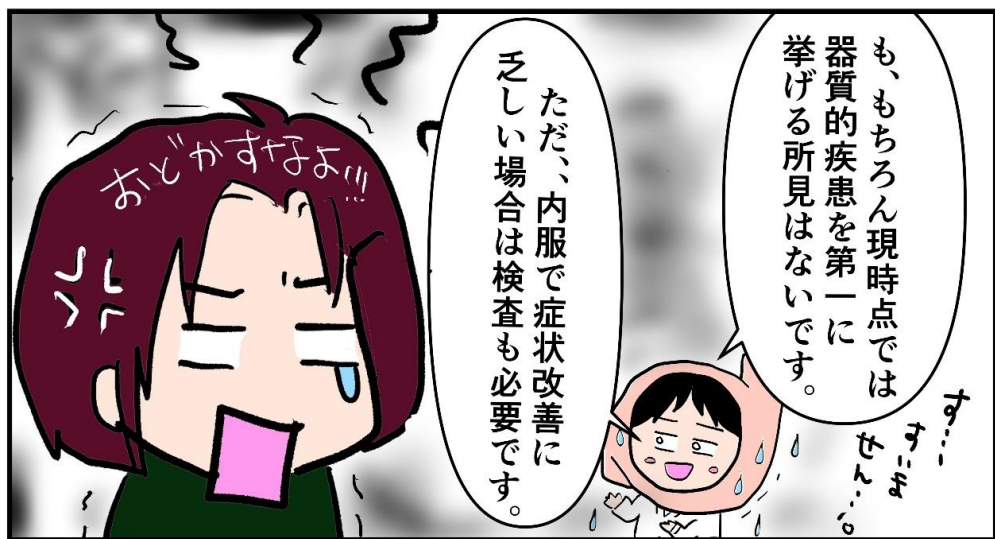


実は、今までお話しして
いたのは「機能的便秘」と
呼ばれるものです。

とととと

もう一つ、「器質性便秘」と
呼ばれるものが、いわゆる
癌や一部の大腸疾患が
原因で起こる便秘です。





3週間後……

症状改善したようで
良かったです。

無理なダイエットは
禁物ですよ。

ちゃんと食べて
運動すること。

朝必ずトイレに行き、
便を出す時間を脳に
覚えさせるのも大事ですよ。

経過は慢性便秘に矛盾は
ありませんが、

念の為一度は
大腸内視鏡も検討
しましょうね。

……
E子先生ですか？
今日はお休みです

ああわたくし
蝶子と申します。

腸のお悩みでしたら
私にもご相談くださいね。

いっっ!!

お大事に
してください。

ハァ……。
ありがとうございます……

ついに
蝶子先生現る！
おなかのお悩みは
蝶子も聞きますよ！
つづく……



～あとがき～

さあさあ、ついに新キャラ登場です。
蝶子先生、美人デスねー。病院にこんな美人な女医さんが
いたら…。行きたくなっちゃいますねー！！？

…コホン！

まあそれは冗談として、今回便秘についてお話しするに
あたり、今一度便秘について勉強し直してみた私ですが、

便秘、、、奥が深い！！！！

改めて見てみると、いろんなタイプがあるんだなあ…。

消化管は精神的な要因と深く関わる臓器でもあるため、
生活の乱れやストレス、食事の変化にかなり影響を受けます。
便秘はその一番代表的な病態と言えるでしょう。それだけに、
年齢問わず悩みの種となる、皆さんにとっても身近な病態です
よね。

その反面、羞恥心を伴う病態でもあるため、なかなか病院に
来れない若い方も多くおられるようです。女性に関しては
特に、大腸の検査なんてしたくないから症状があっても来ない
何かあったら怖い、便のこと聞かれるの恥ずかしいから
来ない、という理由で受診できない方もいたりするんですよ。

しかしながら、我慢することで増悪してしまったり、器質性
便秘を見逃してしまうこともあります。恥ずかしがらずに、
とは言いません。恥ずかしいもんは恥ずかしいですからね。
でも、恥ずかしいけど、未来の自分のために病院に来てみては
いかがでしょう。

もしかしたら美人の女医さんが優しく診察してくれるかも
しれませんよ。

さあ、もしかして私、便秘？と思ったら迷わず、病院へGo！！

胃がんや大腸がんで亡くなる人をゼロに



仙台消化器・内視鏡内科クリニック

内視鏡特化クリニック 胃がん・大腸がん