



4人に1人が毎日排便で悩んでいます

日本人の4人に1人が、排便に悩んでいるといわれる現代。しかし、大腸がんなどのような器質的な疾患ではないために、これまで注目されてきませんでした。「これらの機能性障害(=排便機能障害・表1)に対しても、各種の検査や専門的アプローチにより、改善できるようになってきました」と話す、いそだ病院の岩川和秀先生(大腸肛門外科兼診療部長)に、診断、治療法などを聞きました。



■岩川和秀 先生
いそだ病院 大腸肛門外科兼診療部長
1984年愛媛大学医学部卒。愛媛大学附属病院、市立宇和島病院、福山医療センター等を経て現職。日本大腸肛門学会専門医・評議員、日本消化器内視鏡学会専門医、日本ストーマ排泄リハビリテーション学会評議員、POOマスター資格(排便指導員)ほか

「排便機能障害」

慢性便秘症の治療は大きく様変わりしました

便秘症は単に下剤や浣腸(かんちよう)で出せばよいというものではなく、腸内環境の悪化につなかり、多くの疾患と関係し、健康寿命にまで影響することが分かってきました。2017年、慢性便秘症診療ガイドラインが作成され、表2のように「排便回数減少型」と「排便困難型」の2つの病態としてとらえて、診断および治療するようになりました(両者の場合もあります)。下剤についても、刺激性下剤の乱用を控えて浸透圧性下剤を優先し、新規薬剤の使用上皮機能容薬も可能となっています。また、ガイドラインの中でも病態



便失禁(便もれ)はいくつもの治療法で改善します

便失禁(便もれ)は、日常生活を著しく低下させ、誰にも相談できず一人で抱え込んでいる方も多くいます。便失禁についても、2017年に便失禁診療ガイドラインが作成され、診断法や治療法が示されました。知らないうちに便が漏れる「漏れ性便失禁(内肛門括約筋の機能低下)」と、便意があっても我慢できずに便が漏れる「一切迫性便失禁(外肛門括約筋の機能低下)」があり、程度の差はあるものの両者の合併もあります。お勧めします。

【主な排便機能障害】表1

- ①慢性便秘 ②慢性下痢 ③便失禁 ④直腸脱 ⑤過敏性腸症候群 ⑥肛門痛 ⑦直腸瘤(直腸腔弛緩)

【機能性便秘症】表2

- ①排便回数減少型(もたもた便) 大腸の糞便を輸送する能力が低下しているために排便回数が減少する
(原因)経口摂取不足、薬剤、基礎疾患、高齢 (治療)下剤、運動、食事(食物繊維)
- ②排便困難型(いきみ便) 直腸にある糞便を排出できないために、排便困難や残便感を生じる
(原因)腹圧(怒責力)の低下、直腸感覚の低下、協調運動障害 (治療)浣腸、排便、排便姿勢、骨盤体操、バイオフィードバック(※)

【便失禁の原因】表3

- ①特発性 加齢、経産婦
- ②外傷性 分娩時外傷、肛門手術、会陰外傷
- ③神経原性 脊髄損傷、脊髄腫瘍、糖尿病、パーキンソン病
- ④その他 糞便塞栓症、直腸脱、直腸切除後

※バイオフィードバック療法=自分で認識しにくい体の変化や意識的に動かすことができない体内反応を、機器を使って数値やグラフなどの目に見える形にしてフィードバックすることで、意識的に動かしたりコントロールし、治療の一環とすること。排便ケアでのバイオフィードバック療法は、骨盤底筋の活動をモニタリングしながら行う骨盤底筋訓練のこと

【多職種による排便管理】表4

職種	役割	具体例
主治医	専門検査、診断、投薬、全体のコーディネート	肛門内圧検査、感覚検査、薬物治療、外科的治療
看護師	排便評価、指導、排便介助、生活指導	排便日誌の作成、専門検査の介助、排便姿勢
薬剤師	薬の管理、副作用の発見	服薬指導、排便に副作用を及ぼす薬剤の管理
栄養士	食事の評価、栄養管理	献立の工夫、食事指導
理学療法士	運動機能評価、運動機能訓練	移動・座位の保持、排便姿勢、便秘体操の考案
放射線技師	画像診断	排便造影
介護助手	排便動作、排使用具の調整	衣服の着脱、トイレ環境の整備、デイサービスでの便秘体操

排便機能障害は、基礎疾患、食事、生活習慣、筋力、内服薬、心理状態、トイレ環境などさまざまな要素が関連しています。これらの条件を整えていくためには、特定の診療科や医師のみでは対応できず、多職種によるチーム医療が基本となります。表4のように、それぞれの専門職が専門的知識や技術を活用することにより、全人的かつ総合的な診療を行うことが可能となります。

便・おしりの悩みは専門医に相談を

おしりの悩み、ましてや排便の悩みは、恥ずかしい、できれば隠したいという方が多いでしょう。便がすっきり出ないという方は、案外大勢います。お通じの不具合はなかなか病気が原因でなく、早期治療が望ましいといえる方も多くあります。専門医に相談しましょう。



医療法人社団 健生会
いそだ病院

内科・外科・消化器内科・肝臓内科
消化器外科・肛門外科・大腸外科
内視鏡外科・整形外科・麻酔科
リハビリテーション科
居宅介護支援センター
通所リハビリテーション

月 火 水 木 金 土
9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●
15:00~18:00 ● ● ● - ● -
〈排便機能外来日〉月・火・木曜日午前(予約優先)
〈休診日〉木・土曜日午後



〒720-0802 福山市松浜町1丁目13-38
☎084-922-3346
<https://www.isoda.or.jp>

「大腸肛門機能性疾患に関する受入れ可能な施設」として大腸肛門機能障害研究会のホームページに掲載されています(備後唯一)