



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

症状に合った  
便秘の治療薬について

今回、ようやく便秘の治療薬のお話に入りたいと思います。前回も一部述べましたが、直腸の知覚低下による排便困難型の便秘には、レシカルボン座薬<sup>®</sup>を使用します。これは直腸内で炭酸ガスを発生し、直腸知覚を強く刺激して蠕動を誘発します。

次に、多くの患者さんは排便回数減少型か、排便回数減少型と排便困難型の複合型です。このような患者さんは、大腸での便の停滞時間が長く、便が硬くなって出にくくなり、排便回数

が減ります。

この場合の下剤治療の基本は、非刺激性下剤を毎日適量内服し、排便回数が2日に1回から一日2回ぐらい、便の性状はバナナ状や少し柔らかめになるように調整します。一般の人は下剤は便が出ないときに飲むものと思っていますが、それは間違いです。前述のように便が出ていても、腸蠕動を維持するために適量を毎日飲む必要があります。

非刺激性下剤には  
安価で飲みやすいものも

では、非刺激性下剤とはどのようなものでしょうか。よく用いられるのは酸化マグネシウム製剤(カマグ<sup>®</sup>、マグミット<sup>®</sup>など)です。これは安価で飲みやすいのですが、腎機能の悪い患者さんや高齢者ではマグネシウムが体に蓄積する副作用がありますので、時々血液検査で血中マグネシウムを測定する必要があります。

最近便秘症に使用が可能となった薬に、ラクツロース(ラグノス<sup>®</sup>)やポリエ

チレングリコール(モビコール<sup>®</sup>)があります。特に私がよく使うラクツロースは、大腸で乳酸菌やビフィズス菌によって乳酸に分解され、腸蠕動を刺激します。さらに善玉菌の乳酸菌やビフィズス菌を増やし、悪玉菌の大腸菌を減らしてくれるので、腸内細菌叢にもいい働きをします。母乳を飲んでる赤ちゃんのような便になります。

間違ってたたくさん飲んで、下痢以外の副作用はほとんどありません。甘くて美味しいですし、紅茶やコーヒーに入れると砂糖代わりにもなります。一度試してみてもいいでしょうか。これらの薬で効かない場合は、腸液の分泌を増加させる薬(アミティーザ<sup>®</sup>、リンゼス<sup>®</sup>)を内服します。

適切な下剤の使用で  
快便生活を送ろう

これらの非刺激性下剤で調整がつかないときや、調整段階の時に必要に応じて刺激性の下剤を使用します。刺激性下剤には皆さんがよ

く知っているセンナ(プルセニド<sup>®</sup>)、ピコスルファート(ラクソベロン<sup>®</sup>)、ピサコジル(コーラック<sup>®</sup>)があります。これらは腸管の神経を強力に刺激して蠕動を起こします。しかし、前回も述べましたように長期使用によって耐性や依存性が出てしまい、難治性の便秘をもたらしてしまいます。刺激性下剤は非刺激性下剤の補助として用いるべきです。

このように下剤の使い方は簡単そうで案外難しく、便秘の治療には根気が必要です。3回にわたって便秘のお話をしました。排便習慣、食事、適切な下剤の使用に留意しながら、快便生活を送って下さい。

