

厚生連診療所だより

便秘でお困りではありませんか？

どうして便秘になるの？



食べ物を摂取すると、消化管を移動しながら消化・吸収が行われ、残った老廃物が便となって、1～3日後に排泄されます。

ところが、何らかの原因で小腸や大腸の働きが低下し、老廃物の移動に時間がかかると、余計に水分が体内に吸収されて便が硬くなり、便秘を引き起こします。

【過敏性腸症候群】

過敏性腸症候群は、下痢型・便秘型・交代型に分けられ、明らかな体の異常がないにもかかわらず、腹痛や腹部不快感を伴って便秘や下痢が長く続く状態です。

20代から40代の若い年齢層に多くみられる傾向があり、男性では下痢型が多く、女性では便秘型が多いといわれています。

薬の副作用や他の病気がないのに慢性的に続く便秘は便秘型過敏性腸症候群かもしれません。

便秘の解消には、まずは原因となるストレスの解消、食習慣や生活の改善などが必要ですが、それでも解消されなければ早めに病院を受診しましょう。

便秘を放置すると…



便が出ない状態が長く続くと、腸内にガスと便が充満して腸が圧迫され、血液循環が悪くなります。激しい腹痛や嘔吐を引き起こし、最悪の場合ショック状態となることがあります。

**こんな時は
病院へ！！**

- ・いろいろ試してみても効果がみられない。
- ・急に便秘になった。
- ・腹痛や吐き気、発熱がみられる。
- ・便に血液が混じる。 など

厚生連診療所でも過敏性腸症候群に対する

お薬の処方ができます。

ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。

<問い合わせ先>

熊本県厚生連診療所

TEL : (096) 328-1055

内線 : 2800