

# あさひP00マスター VOL4



今回は便秘について考えていきたいと思います。

## 便秘とは

3日以上排便がない状態、または毎日排便があっても残便感がある状態  
(日本内科学会)  
 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  
(慢性便秘ガイドライン2017)

## 便失禁の定義 (便失禁診療ガイドライン2017より)

無意識または自分の意思に反して肛門から便（粘液を含む）が漏れる症状を「便失禁」と定義する。  
 無意識または自分の意思に反して肛門からガスが漏れる症状を「ガス失禁」と定義する。  
 「便失禁」と「ガス失禁」を合わせて「肛門失禁」と定義する。頻度的には過去1ヶ月に1回以上。  
(日本大腸肛門病学会)

便失禁の種類	症状	原因
漏出性便失禁	便意を感じることなく、気づかぬうちに便が漏れてくる。	内肛門括約筋の障害
		溢流性便失禁 <small>(糞便の直腸への嵌頓)</small>
切迫性便失禁	便意を感じるが、トイレまで我慢できずに漏れる	外肛門括約筋の障害
		直腸容積が小さい 直腸が過敏

## 注目する便秘の種類と診断



腸の動きが悪い  
 座薬や浣腸に反応しない  
 左下腹部、直腸に便がない



直腸から出せない  
 直腸に便がある（直腸診を）  
**座薬や浣腸に反応する**  
 刺激性下剤で下痢をする

**下剤の乱用**  
 下剤により下痢をする  
 下際に依存する

## 直腸性の便秘の中には嵌入便による便失禁があります

**特徴**

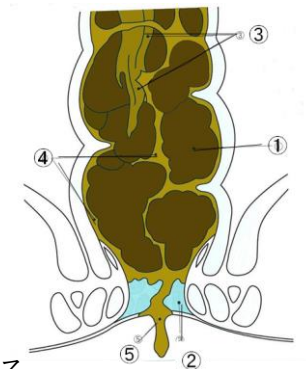
- ・寝たきりや極端に運動が少ない人の場合に起こりやすい。
- ・止痢剤によりさらに悪化します。
- ・便型になっていることが確認されたら、出さざる処置が必要です。

### 嵌入便の状態

- ・直腸の下方に便がはまり込んでいる。
- ・肛門が伸展し、締まりがない。
- ・下痢状の流動便がでる。
- ・便塊の隙間、直腸壁との間を伝って流れ落ちてくる。
- ・便失禁状態がある。

### 嵌入便の対処

- ・直腸にある便を出すことが大切。
- ・嵌入便にならないために定期的に便を出しましょう。  
 排便姿勢の確保・便性を整えるための食事の管理をしましょう。



**Point**  
 いつも下着が汚れる場合嵌入便の可能性もあるよ！

次回は下剤についてお届けします

2023.8.25  
 あさひP00マスター

BOOK 木星舎 (2019)  
 より引用