

03

安易な下剤の服用が重症便秘を引き起こす！

私は東京・立川市のクリニックで、便秘に悩む人たちを専門に診察する「便秘外来」を開いています。全国から便秘に悩む患者さんが訪れますが、なかでも最近はお母さんに連れられて来る、子どもの患者さんが非常に増えています。たとえば「便秘外来」に、あるとき2歳になる双子のお子さんのお母さんが来院したときの話です。

双子が両方とも便秘になってしまい近所の小児科を受診したところ、水溶性の下剤を処方された。しかしその薬をやめるとまた便秘になってしまったため、どのようにして止めたらいいのか……という相談でした。

お母さんにその薬を見せてもらったところ、処方されていたのは「一般名・ピコスルファートナトリウム」という下剤でした。これは便秘の症状で小児科を受診すると処方されることの多い薬です。また医師によっては大人が使う下剤と同じ種類の漢方や、マグネシウム製剤を処方していることもあります。

PART 1

便秘を放っておいてはいけない理由

便秘に悩む子どもたちが小児科を受診すると、多くの場合このように下剤が出されます。大人の場合でも便秘に悩んで胃腸科や消化器科を受診した場合、大腸がんや大腸ポリープが見つからなければ大抵下剤を投与され、「様子をみてください」で終わりです。その後症状が改善されなければ下剤の量が増やされ、改善すれば「便秘は解消したのでからそれでよし」というわけです。

つまり「腸の機能を復活させて自然の排便をさせよう」とする発想はまったくないのです。最近になって、10代後半〜20代の慢性便秘症の患者さんには、小さいころから下剤を常用していた人が多いこともわかってきました。

しかし下剤で便を出す習慣が身につけてしまうと、自分で排便をする力が衰えます。また「出なければ薬を飲めばいい」と安易に考えることで、重度の下剤依存症に陥っている人も少なくありません。私が診ている患者さんでも下剤を何年も常用してどんどん量が増えてしまい、最高で1日600錠飲むという女性もいました。

下剤を1年以上常用していると、自分で排便する力がなくなります。ここからは主

に大人向けの話になりますが、一般に処方されている下剤の70%以上はセンナ、大黃、アロエなどを主成分とした「アントラクシノン系」という下剤です。これらは即効性がありますが副作用も大きく、常用しているとさらに便秘がひどくなることもあります。しかしほとんどの人はその恐ろしさを知らないため、「センナ」体に優し「う」などのイメージからドラッグストアなどで安易に薬を買ってしまいます。

また処方する医師側が便秘に関する正しい知識をもっていないことも多いのですが、患者さんは、「医者が出方した薬だから大丈夫」と飲み始め、次第に量が増えてしまつ人も多いようです。

これはもちろん子どもに対しても同じで、先ほどの双子のお子さんのように「便秘だから下剤で出そう」といった処置を繰り返していると、次第に自分で便を出す力が弱くなります。双子のお母さんも「毎日の育児に忙しく、なかなか便秘対策まで手が回らなかつた」とのことですが、小さいうちから腸内環境を整えることは、非常に重要なのです。

子どものうちからこのように「薬で出す」習慣が身につけてしまつと、その子は一生排便力がつかなくまま、便秘に苦しむ人生を送ることになるのです。