

便を出し、坐薬は肛門で炭酸ガスを発生させることで腸の働きを促します。

## 下剤の副作用

便秘が重症化して下剤依存症になると、さまざまな副作用が出てきます。

「理想の大腸」で述べたように、健康な排便には結腸・直腸・肛門の連携プレーが必要です。この連携プレーには、脳や第2の脳といわれる腸の神経系がかかわっています。下剤に頼って便を出す習慣を続けていると、こうした腸のメカニズムに障害が起こり、排便力が衰えて自力で排便できなくなってしまうのです。

これはわかりやすくいえば、筋肉の衰えと同じです。使っていない筋肉は筋力が低下していくように、腸もまた下剤頼みでなまけきってしまうと、働きが徐々に悪化していつてしまうのです。私はこうした下剤依存症の患者さんの腸を多数、実際に内視鏡を通して見てきました。

また、腹部の不快感や腹部膨満感、残便感などに常に悩まされるようになります。下剤による下痢の症状も慢性化してきます。

さらに重篤になると、血液中のカリウム値が低くなり、動悸や脈の乱れ、倦怠感や筋肉痛

が起こる「低カリウム血症」、血液中のナトリウムなどの塩類が過剰となり、むくみや高血圧を起こす「塩類過剰症」などが起こることもあります。

さらに怖いのは、下剤の長期連用で、大腸そのものの形態に異変が起こってくる可能性があることです。これは「大腸メラノシス」(だいちようくひししょう)（大腸黒皮症）というもので、アントラキノン系下剤の長期連用者によく認められるものです。

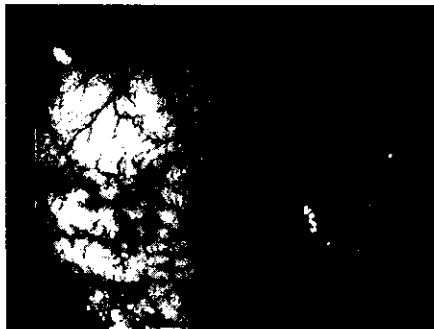
下剤の定番といわれるアントラキノン系下剤は、結腸を刺激して排便を促す下剤です。つまり、動きの悪い腸を薬の力で無理やり動かすのです。このため、こうした下剤を服用するとおなかがキューと痛くなり、人によっては下痢便のような状態で便が出てくることとなります。即効性があるため、市販薬でも多くの種類がありますし、医療機関で処方されることもしばしばです。

しかし、長期連用を続けて大腸メラノシスを起こすと、腸の壁に黒いシミが発生します。アントラキノン系の下剤が体内に入ると代謝(たいたい)（新旧の入れ替わり状態）の過程から、腸にメラニンのような色素沈着が起こるのです（左ページの写真参照）。

大腸メラノシスは自覚症状こそないものの、黒い色素の沈着が腸管の神経にも影響して、大腸がまるで伸びたゴムホースのような状態になり、動きが弱まってしまいます。その結果、ただでさえ弱くなっている大腸の働きをますます弱めてしまうのです。

## 下剤を飲み続けると腸が黒くなる!

### ① 正常な人の腸



ピンク色で弾力がある。

### ② 大腸メラノーシスが見られる腸



腸の中で色素沈着が起こる。痛みなどの自覚症状はないが、腸の弾力が失われ、伸びたゴムホースのようになって機能が低下する。

写真提供：松生クリニック