

子供たちが大好きなウンコ

小学生の間では**ウンコドリル**が大人気！ ウンコ先生が登場して、なんでもウンコで考えて答える全学習科目のドリルが売られています。なぜ子供はウンコが好きなのか？ **チコちゃん**が叱りながら、次のように教えてくれています(NHK 2018.8/31放送)。

幼児がトイレ練習する時期である2～4歳頃は、精神分析学者フロイトがいう肛門期で、排便時の感覚が性的快感をもたらすこと、ウンコすると親がほめてくれるのでウンコが好きになること、また体内から出たウンコを自分の赤ちゃんとみなして愛着をもつことなどが理由のようです。

排便が気持ちよいのは幼い頃へのノスタルジーか？

健康 ♪ 外来ニュース

食う 寝る 遊ぶ + (プラス) 快便

これらは健康で楽しい生活を送るためには欠かせないものです。特に便秘の悩みは、若い女性や70歳台以上の男女で深刻です。**便秘とは「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」**のことで、単に排便回数が少ないという意味ではありません。毎日便が出てもコロコロ便で残便感があれば便秘症ですし、立派な便が気持ちよく出れば回数が少なくても便秘症ではありません。

便秘になったら、まず大腸ファイバーや腹部CTなどで、大腸がん、腸閉塞などで腸が狭くなっていないか、巨大結腸などで腸が膨らんでいないかを検査します。大腸に明らかな器質的な病気が見つからなければ、便を送り出す腸の働きに異常がある機能的な病気である可能性があります。そこで**排便回数減少型**(排便の回数や量が少なく便が腸の中にたまった**“動かない腸”**)か、**排便困難型**(排便の回数や量が普通でも便を出すのが苦痛で残便感がある**“出せない腸”**)か、あるいは両方かを調べる必要があります。

当院の**便秘外来**では、副作用の多い刺激性下剤(センナ、アロエ等)を避けて、他の基本薬(酸化マグネシウム、ポリethyleneグリコール等)を使用します。ガストロ注腸、排便造影検査、大腸通過時間検査(ジッツマーク®試験)、直腸内圧検査などで便秘の型を見極めて治療法をご提案します。最適な排便姿勢を見つけ出し、バイオフィードバック療法(センサーを用いた排便訓練)で排便のコツを習得して、日々の快便を目指します。

難治性便秘に対する1週間入院プログラム

刺激性下剤が手放せないような難治性便秘の患者さんを対象に、1週間の入院期間内に、便秘の型の鑑別に必要な上記の各種検査を行います。大腸の不調を引き起こしやすい特定の糖質を控えた食事(**低FODMAP食**)を提供します。便秘解消のための「ねじれ腸体操」「骨盤底筋体操(ケーゲル体操)」も指導します。分割入院もできます。



医療法人 祥佑会

藤田胃腸科病院

〒569-0086 高槻市松原町17-36

TEL 072-671-5916

FAX 072-671-5919

健康 ♪ 外来

水曜日 14:00～17:00(要予約)

担当：中嶋