


第13回スキルアップ学習会  
 第6回公開講座 便秘症その②  
 2024年4月23日  
 仁和診療所 澤田いづみ



今日は便秘の怖いお話です。

- ・便秘を軽く見ていませんか？
- ・便秘のせいで命を落とすこともあるのです。


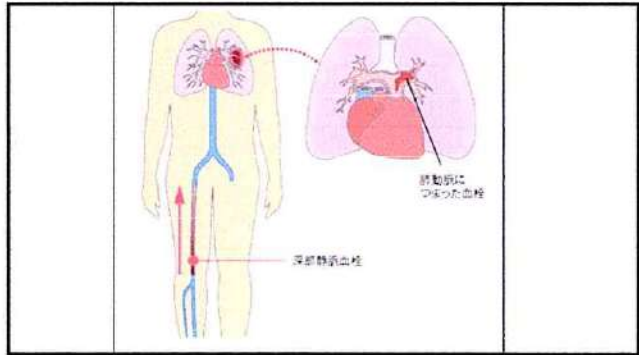


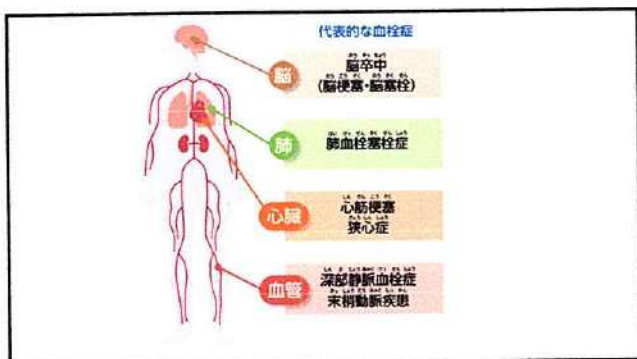

急に命を落とすこともある；血圧上昇

- ・硬い便を出すときのいきみ（怒責）で血圧の急上昇が起こる。
- ・高齢者では動脈硬化の進行によりちょっとしたいきみで血圧が上昇しやすい傾向にある。
- ・便秘患者では排便時に収縮期血圧が280程度にもなることがある。
- ・血圧上昇によっては、脳卒中、クモ膜下出血、心筋梗塞や動脈瘤の破裂・垂離などが起きる可能性がある。
- ・降圧剤で安静時の血圧をコントロールしてもいきみによる血圧上昇を避けることは困難。トイレで倒れて救急車を呼ばれることは稀ではない。

便秘により引き起こされる怖い病気


- ・便秘の患者さんには静脈血栓症が多い。
- ・エコノミー症候群は、狭い椅子に長く座っていると足の血管のうち静脈という流れが緩やかな管の中で血の塊ができてしまうことが原因。
- ・この血管内の血の塊は肺に移動して肺の血管を詰めてしまう「肺梗塞」や脳の血管を詰めてしまう「脳梗塞」などの重篤な病気の原因になる。




### 便秘の重症化で命を落とす危険

- 便が長い時間腸にとどまることで、水分を吸収され固くなり、ワインのコルク栓のようになり、腸を閉塞=『糞便性腸閉塞』
- 大腸が壊死し腸を広範に切除しなければならないケースや命を落とす場合もある。
- 便秘によって生じる糞便性腸閉塞は時に死に至る場合もある。
- 早期に便秘を発見して排便を誘発できれば速やかに改善する病気でもある。



### 糞便塞栓



便塞栓の症状

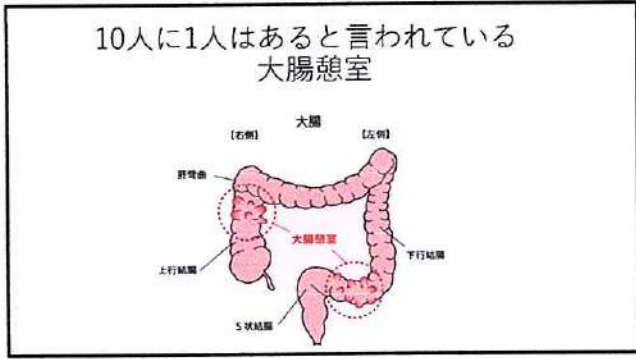
溢流性下痢をきたしている場合があります。要注意。便秘なのに下痢の症状。このような場合に下痢止めを投与すると状況を更に悪化させる。

### 腸腎関連

- 最近慢性腎臓病（CKD: chronic kidney disease）が増加している。
- 慢性腎臓病は病気が進行すると尿が出なくなり腎不全に陥る。
- 腎不全治療としては透析が導入される。
- 腸内の悪玉菌が産生する尿毒素の悪影響が腎機能低下を引き起こすが腸内細菌叢による腎保護機能もあり、「腸活」は重要。
- 便秘を改善することが末期腎不全への進展を防ぐ治療になる可能性がある。

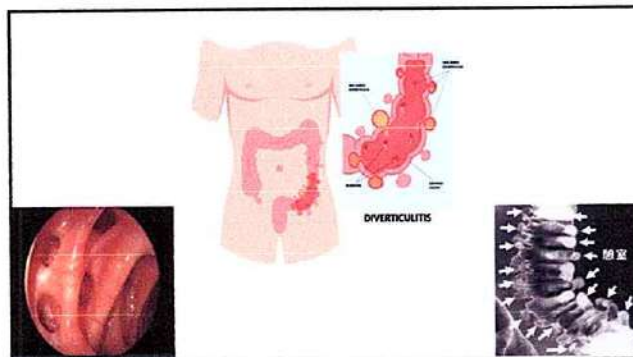


- 肌荒れ
- 血圧の急上昇
- 心血管疾患
- くも膜下出血
- 慢性腎臓病
- 宿便性穿孔



## 大腸憩室・憩室炎

- 大腸憩室の原因は慢性的な便秘による腸管内圧の上昇が原因とされている。圧に耐えられなくなった腸管壁の壁の薄い部分が外側に膨らむ。
- 憩室は腸の内側から外側に向けて飛び出すため、便の通る内側には小さな穴が空いている。そこに便秘で便が詰まると炎症＝大腸憩室炎を起こします。
- 憩室があるだけでは全く症状はない。健康診断などの機会に受けた大腸内視鏡検査でたまたま見つかることがほとんど。
- 大腸憩室で出現する可能性のある症状は、憩室炎と憩室出血です。
- 憩室炎の場合には、腹痛を自覚。
- 憩室出血の場合では突然の下血が見られる。



- 大腸憩室からの出血は突然の下血で自覚され、腹痛を伴うことはほとんどない。
- 自然に止血する場合や繰り返し出血する場合がある。まれにショックになるほどの大量出血をする事もある。
- 急激な症状がない場合でも、たくさんの憩室ができるとその領域の腸は徐々に厚さを増し、長さは短縮してだんだん内腔が狭くなっていき、便通異常を伴うようになり、そこで慢性的に炎症を繰り返すと腸管がさらに狭くなり腸閉塞症状をきたすことがある。

## 憩室自体は通常は無症状

- 問題となるのは、炎症を起こしたとき(憩室炎)や出血した時。
- 憩室は腸の壁が薄い場所にあるため、炎症が強いと穿孔(穴が開くこと)して膿瘍(のうよう＝膿がたまった状態)を形成し強い腹痛や発熱を伴う。
- 腹部全体に炎症が広がった汎発性腹膜炎となると、敗血症やショックに陥る危険性がある。
- 汎発性腹膜炎は起こさなくても、近くにある臓器の膀胱まで炎症が届き、瘻孔(ろうこう＝臓器がほかの臓器や体外と交通している状態)を形成することもまれにある。

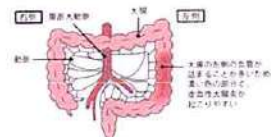
## 大腸憩室炎が進行すると

- 大腸憩室炎を治療せずにいると、最初は大腸だけにとどまっていた炎症がお腹全体に広がり、腹膜炎という状態を呈する。
- 症状の進行によっては、憩室はもともと大腸が袋状に飛び出した脆弱な場所なので、炎症の影響により腸が破け、腸管穿孔を引き起こす。緊急の手術が必要になる。



## 虚血性大腸炎

- 動脈硬化により血流の低下した状態に加えて、便秘により腸管内圧が上昇することなどが原因で、大腸の血管が詰まって虚血性腸炎が起こるとされている。
- 突然の強い腹痛と下痢で発症、やがて下血が続くのが特徴。
- 下行結腸(大腸の左側)の血管が狭窄することが多いため、おなかの左側が突然痛くなることが多いとされている。



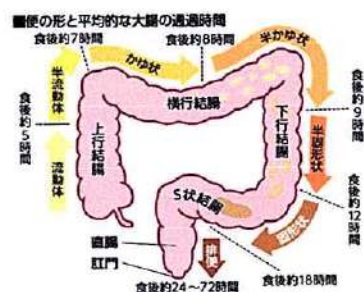
## 宿便性潰瘍

- 高度の便秘により大腸内に停滞した便が大腸粘膜を圧迫することで腸内の血液の流れを障害し、うっ血、血栓形成、壊死により腸に潰瘍ができる疾患。
- 寝たきりの高齢者に見られ、S状結腸から直腸にできることが多い。
- 形成された潰瘍から出血をきたすことがある。

万病対策に腸内細菌叢を味方にして「腸活」快便を心がけましょう。

腸内細菌：  
成人では約1000種類、  
100兆個以上。

腸内細菌は、食事の栄養素を餌にして増殖し、それらを代謝してさまざまな物質を腸内で生成する。



次回は5月28日火曜日16時

①「心不全」とは？

ご清聴  
ありがとうございました

