

便の状態をチェックしましょう!

ブリストル便形状スケール

排便後にチェック!



ブリストル便形状スケールは便のタイプ(硬さ)を7種類に分類した世界共通の尺度です。あなたの便はどのタイプですか?

硬便

1



コロコロ便

硬くてコロコロの糞状の(排便困難な)便

2



硬い便

ソーセージ状であるが硬い便

3



やや硬い便

表面にひび割れのあるソーセージ状の便

4



普通便

表面がなめらかで軟らかいソーセージ状、あるいは蛇のようなくるりを巻く便

5



やや軟らかい便

はっきりとしたしわのある軟らかい半分固形の(容易に排便できる)便

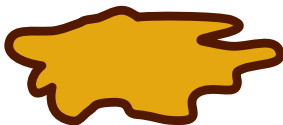
6



泥状便

境界がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の小片便、泥状の便

7



水様便

水様で、固形物を含まない液体状の便

①～②は硬便(便秘症)、⑥～⑦は水様便(下痢症)の目安となります。正常便である③～⑤をめざしましょう。

便秘症に用いる主な下剤



| 分類 | 代表的治療薬 | 特徴 |
|---------------|---|----------------------------------|
| 塩類下剤 | 酸化マグネシウム | 便を膨張・軟化させ腸管を刺激 |
| 膨張性下剤 | カルメロースナトリウム | 多量の水分を含み硬化した便塊に浸透し、便の容積を増大、硬便を軟化 |
| 刺激性下剤 | センノシド / センナ / ピコスルファートナトリウム / ビサコジル | 大腸粘膜およびアウエルバッハ神経叢に作用して大腸蠕動運動を亢進 |
| 浸潤性下剤 | ジオクチルソジウムスルホサキシネート | 便の表面張力を低下させることにより便が軟化・膨張 |
| 糖類下剤 | ラクツロース | 浸透圧作用による効果 |
| 粘膜上皮機能 変容薬 | ルビプロストン (クロライドチャンネルアクチベーター) | 腸液分泌の促進 |
| | リナクロチド (グアニル酸シクラーゼC受容体アゴニスト) | リナクロチドの適応は便秘型過敏性腸症候群 |

酸化マグネシウム製剤と高マグネシウム血症

●酸化マグネシウム製剤は、まれに副作用として高マグネシウム血症が起こることがあります。次のような症状がみられたら高マグネシウム血症の可能性があるので、服用をやめて、すぐに医療機関を受診しましょう。

高マグネシウム血症の初期症状

吐き気、嘔吐、立ちくらみ、めまい、脈が遅くなる、皮膚が赤くなる、力が入りにくくなる、体がだるい、傾眠（眠気でぼんやりする、うとうとする）

●酸化マグネシウム製剤を長く服用し続けている患者さん、腎臓に病気のある患者さん、高齢の患者さんにおいて、高マグネシウム血症が多く報告されています。特に便秘症の患者さんでは、腎機能が正常な場合や通常服用する量でも重篤な例が報告されていますので注意して下さい。