No. 9 DEC. 2019

舞鶴医療センター便り

子どもの便秘

Q. 子供の便秘とはどういうものですか？

A.. 便秘は日常的によく使われる言葉であり、またよく見られる症状で、一般的には「便通が滞った、または便が出にくい状態」です。小さい子の便秘も良く経験するのでともすると軽視されがちですが、実は「たかが便秘されど便秘」なことも結構あるのです。これまで、子どもの頭位の大きさの硬い便の塊ができてしまって取り除くのに四苦八苦した例や下痢便を常に少量ずつ垂れ流すという訴えで受診した強度の便秘の例、あまりに長期間の便秘のためついには便意を感じることができなくなってしまった例、などを経験しました。便秘なのに下痢？？ってどういうこと？。解説します。ものすごく硬くて大きい便の塊が直腸に貯留すると、その便の塊の周囲を伝って上から流れてきた便汁がたれて来て、こういう子は直腸の感覚が鈍くなっているので便意を感じないまま垂れ流し（漏便）になって、いつも下着が便で汚れている状態になるわけです。

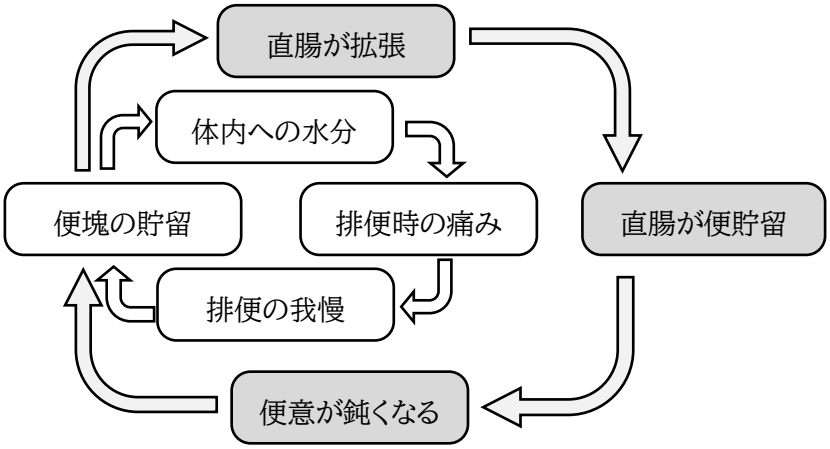
一時的に便が出なくなってしまったけれど、浣腸などで便が排出されてしまうと症状がなくなり、排出までの時間も短時間である急性便秘（一過性便秘）に比べ、長期間にわたり持続的にみられる慢性便秘はなるべく早く適切な対応をしていかないと深刻になる場合があります。慢性便秘とはどういうものかの要点は、１週間に２回以下の排便しかない、便失禁がある、便の貯留と排便の困難さ（排便時に痛み）などが１～２カ月以上あることです。

Q. 子どもで便秘を発症しやすい時期ってありますか？

A. 子どもでは便秘を発症しやすい時期があることが知られています。一. 乳児において母乳から人工乳への移行、あるいは離乳食の開始時期、二. 幼児におけるトイレトレーニングの時期、三. 学童における通学の開始や学校での排便の回避の時期、です。

Q. 便秘が慢性化したり、難治化するのはどうしてでしょうか？

A. 便秘は放置しておくと徐々に慢性化し治りにくくなります。便塊が貯留するとその便塊の水分の体内への再吸収が起こり便は硬くなります。すると排便時に痛みを伴うようになり排便を我慢するようになり、さらに便塊は大きくなり溜まってきて、水分の再吸収・硬便となります。また便塊が大きくなると直腸の壁は押し広げられ拡張・進展し、神経が鈍化し、便意が鈍く場合によっては消失し、さらに便は貯留していきます。こうしてどんどん悪循環になります。

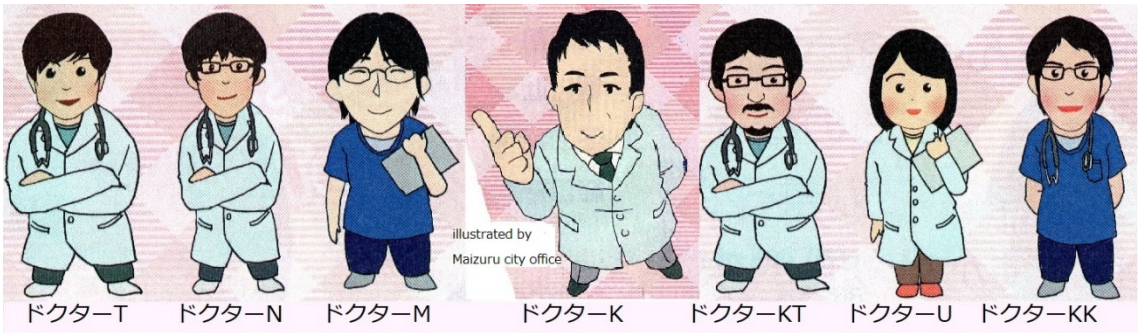


Q. 病院にかかるタイミングはいつが良いでしょう？

A. 便秘で最初に受診する年齢が２歳より年長であると明らかに治りにくいことが知られています。また４歳以下で便秘と診断されて緩下剤などで治療を受けても 40%以上が学童期になっても便秘による症状が残ります。５歳以上で来院した便秘の子どもの 25%程度が成人の便秘に移行します。これらのことを考えると遠慮せずに受診されたり、風邪などの受診の時に気楽に相談されることをお勧めします。当院では小児科の他、小児外科とも協力し、診療に当たっています。いきなり小児外科っていうのもハードルが高いなあと思われる方は小児科からどうぞ。

Q. 便秘の中でも特に要注意な症状はありますか？

A. いくつかのいわゆるレッドフラッグが知られています。胎便が生後 24 時間たっても出なかった、生後すぐからの便秘、成長障害・体重減少、繰り返す嘔吐、お腹がパンパンに張る、血便、肛門の形や位置がおかしい、おしりの割れ目の一番上の部分がすごく窪んでいたり逆に少し盛り上がっていて毛が生えている、などのことがある場合は要注意です。硬い便はいつもお子さんのお腹をご自身の手で触っているとそのうちわかるようになってきます。スキンシップもかねて“触診”してみて下さい。



（文責：小児科　小松　博史）

発行元：舞鶴医療センター　広報委員会