



独立行政法人 地域医療機能推進機構
Japan Community Health care Organization : JCHO

東京高輪病院
Tokyo Takanawa Hospital

2018年6月9日 市民公開講座第14回

こわ~い

本当は 便のお話

消化器内科
渡邊健雄

みなさん！！

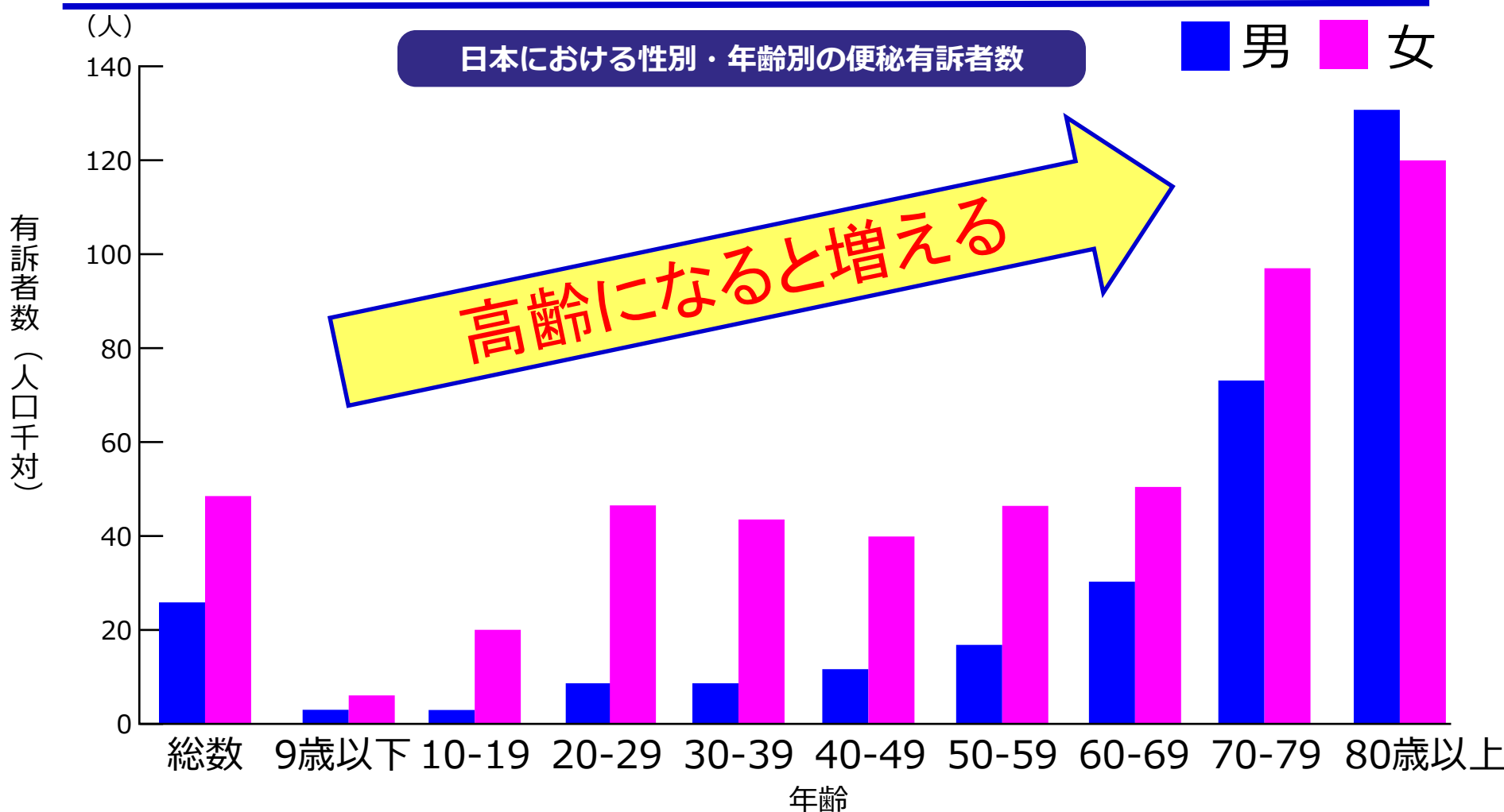
- 便の調子は大丈夫ですか？
- たかが、便秘って
思っていないませんか？



みなさん！！

- あなたは、便秘ですか？

年齢上がると、便秘の人は増えます



調査方法：

全国の世帯及び世帯員を対象とし、層化無作為抽出した約30万世帯及び世帯員約74万人を対象とした。調査員が配布した調査票に世帯員自らが記入し、後日、調査員が回収する方法により行った。

みなさん！！

- どんな便が、
何回位でてますか？



あなたの便、教えてください

ブリストル便形状スケール

タイプ	形	状
1		小塊が分離した木の实状の硬便・通過困難
2		小塊が融合したソーセージ状の硬便
3		表面に亀裂のあるソーセージ状の便
4		平滑で柔らかいソーセージ状の便
5		小塊の辺縁が鋭く切れた軟便・通過容易
6		不定形で辺縁不整の崩れた便
7		固形物を含まない水様便

あなたの便、教えてください

- 毎日出る、快便

⇒ 良いことです



あなたの便、教えてください

- 毎日出る、けれど、残便感・不快感

⇒ すっきりしないですね・・・

周囲にはわかってもらえないけど、それって調子がおかしいかも。

あなたの便、教えてください

- 2、3日に1回は出る

⇒ 便秘です



脳卒中・心筋梗塞で死亡する人が多いと
いう報告も！？

あなたの便、教えてください

- 4日に1回位

⇒ つらいですね



あなたの便、教えてください

- 血が出る・お腹が痛い
- 食べられない
- 最近急に便秘に



⇒ 急いで病院へ！！

え、まさか・・・！？

あなたの“便秘”

**本当にただの便秘
でいいの??**



こんな症状無いですか？

- いつも快調だったのに、最近便秘になった
- たまに、便に血液が混ざる
- 便が細い、残便感
- 食べるとお腹が張ってくる
- 「検便」が陽性だったが、「どうせ痔だ」

そんなあなた・・・



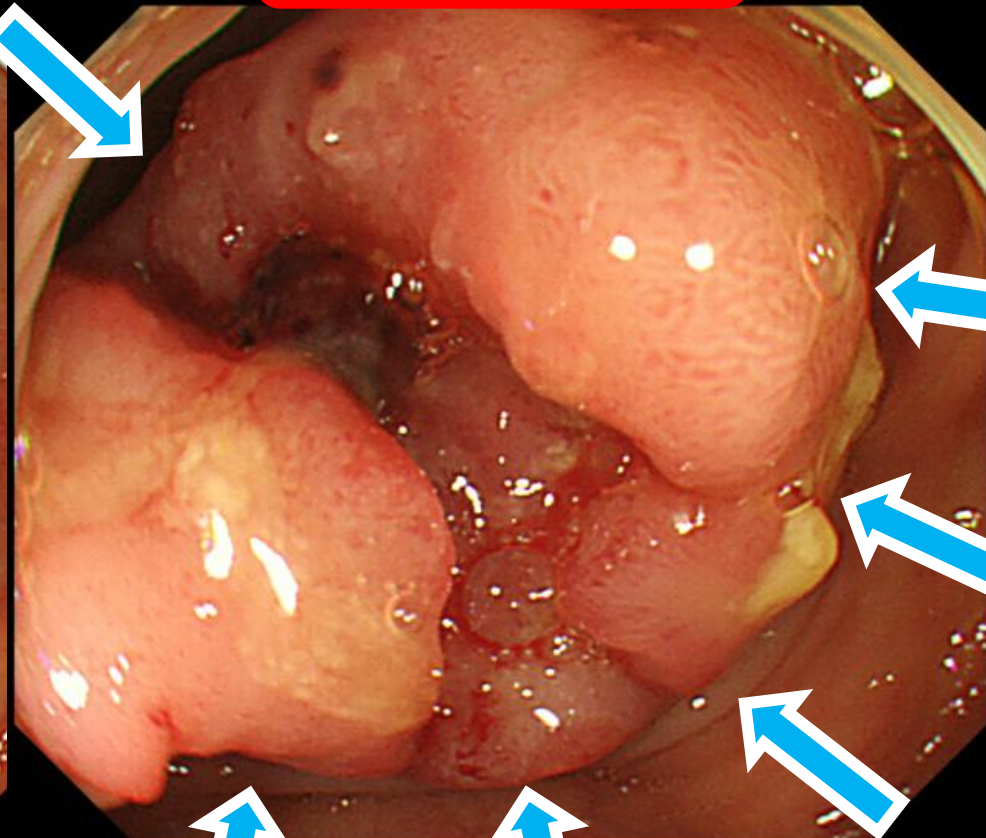
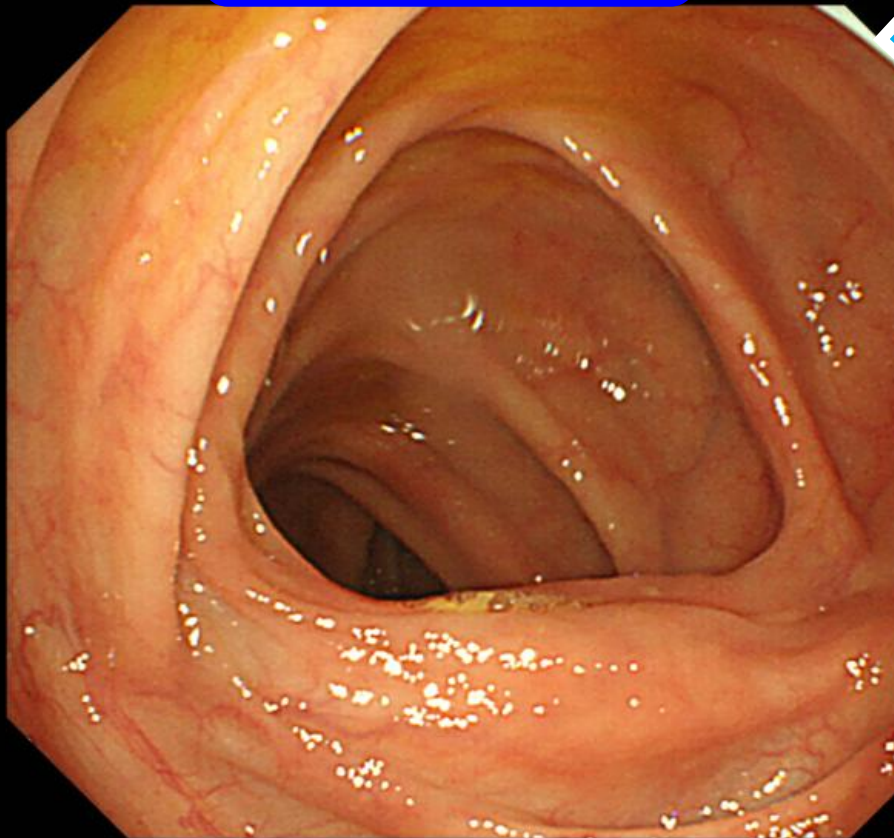
大腸癌

かもしれません！！

大腸癌内視鏡画像

正常な大腸

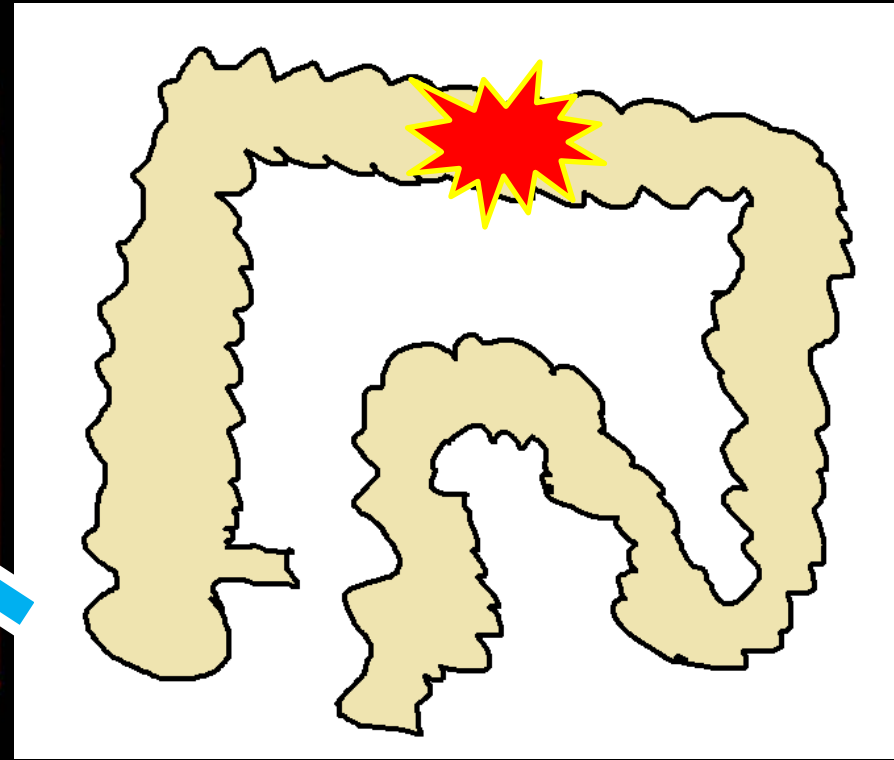
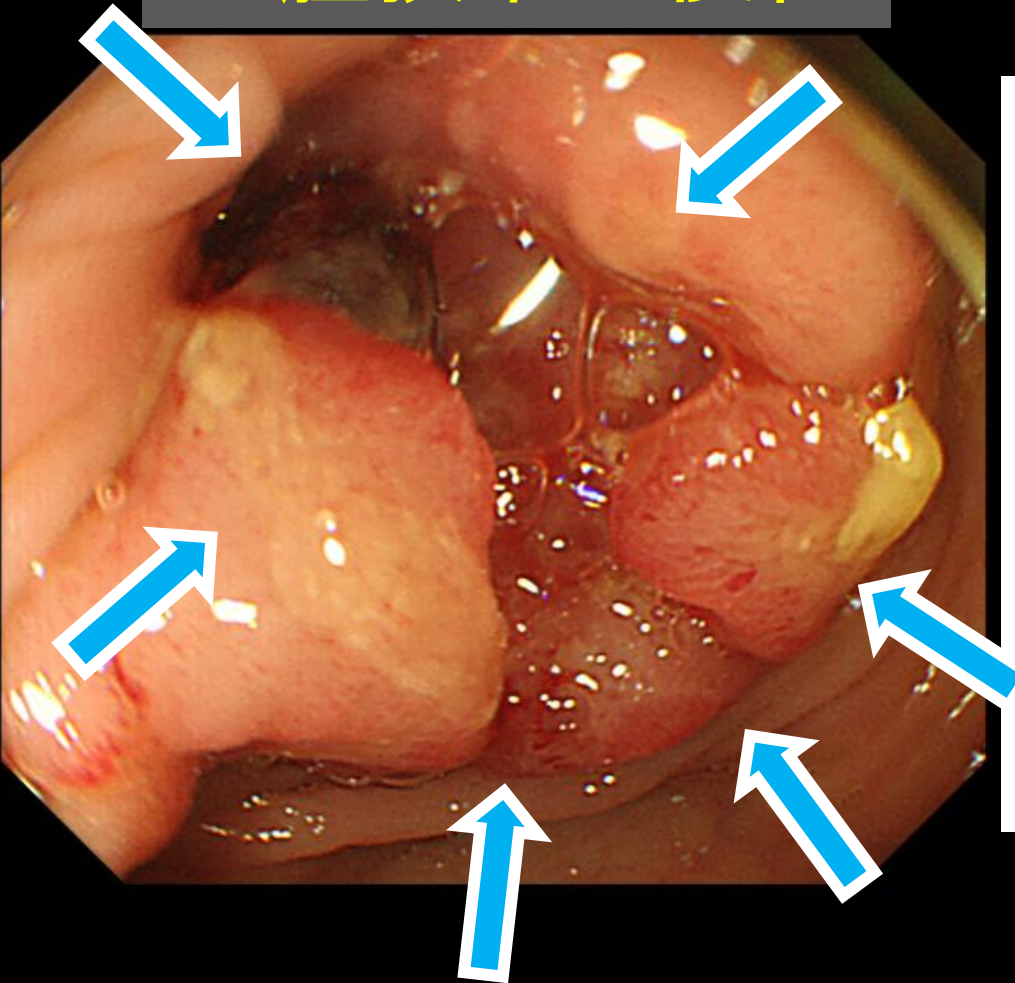
大腸癌



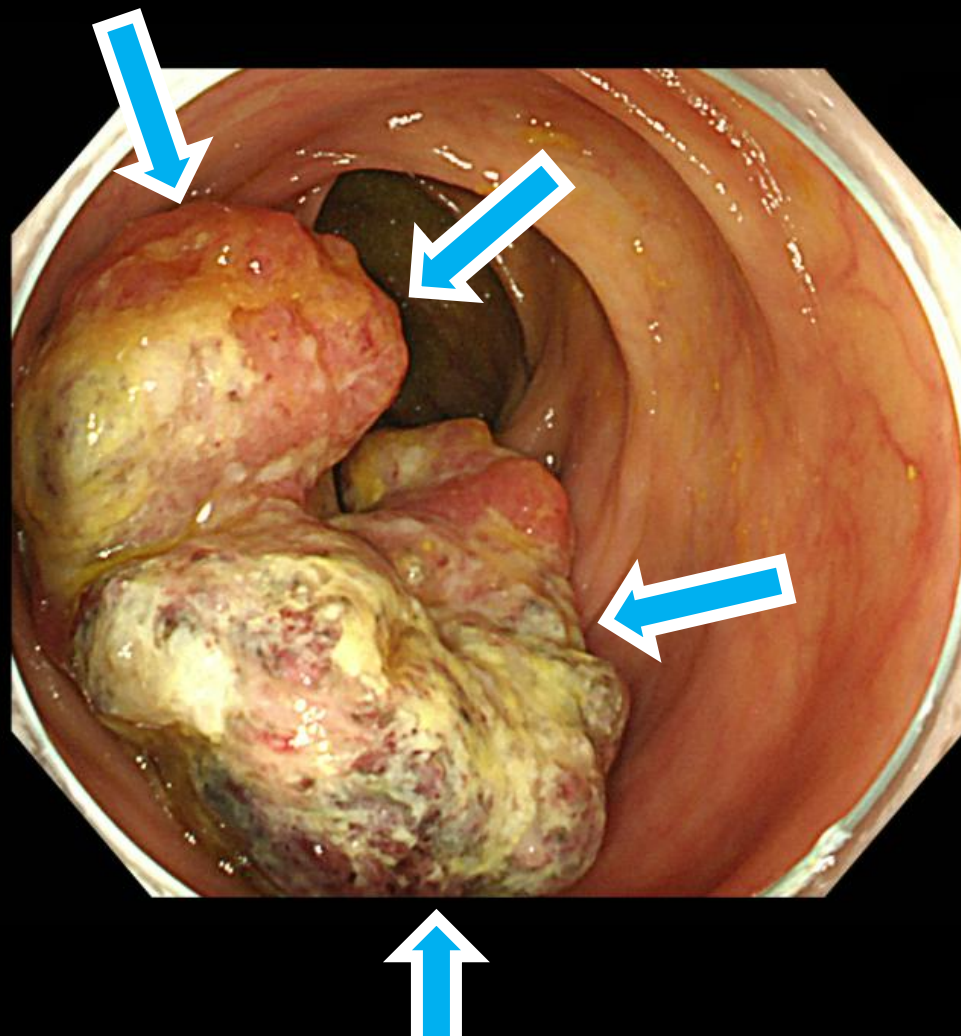
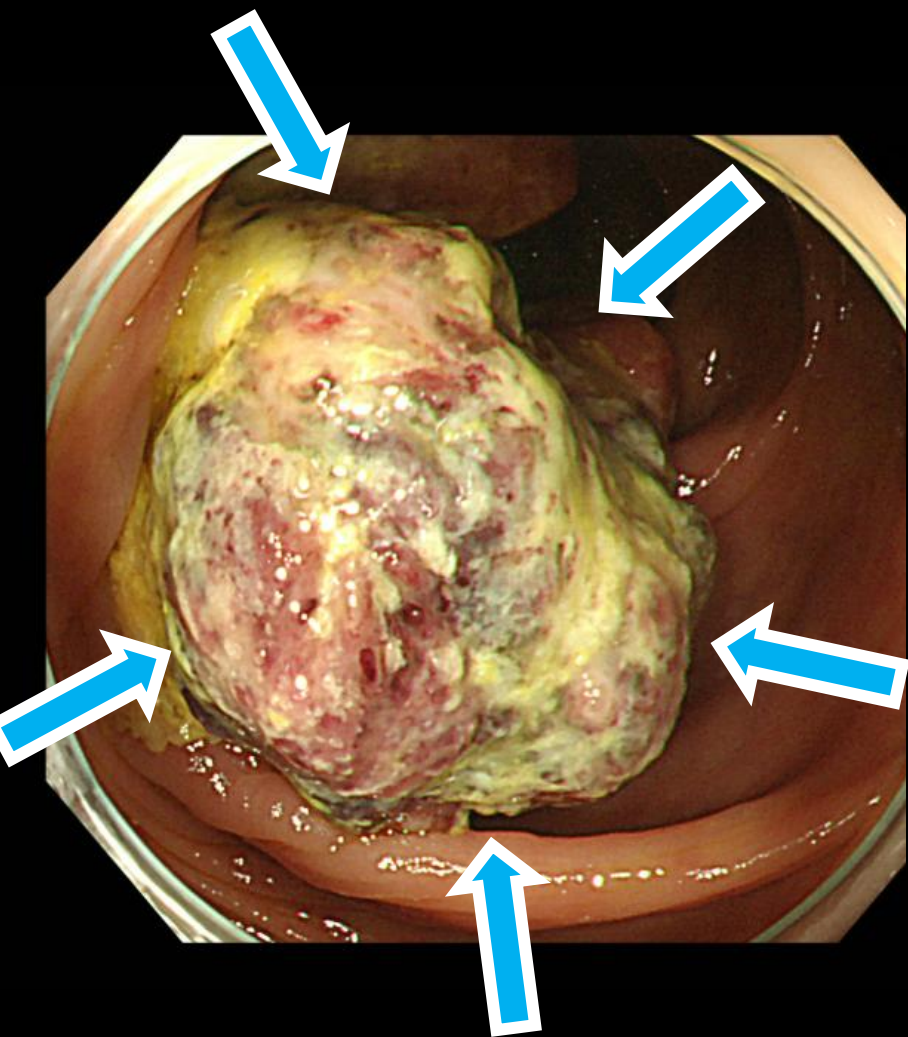
大腸癌

内腔狭窄⇒便秘

横行結腸癌

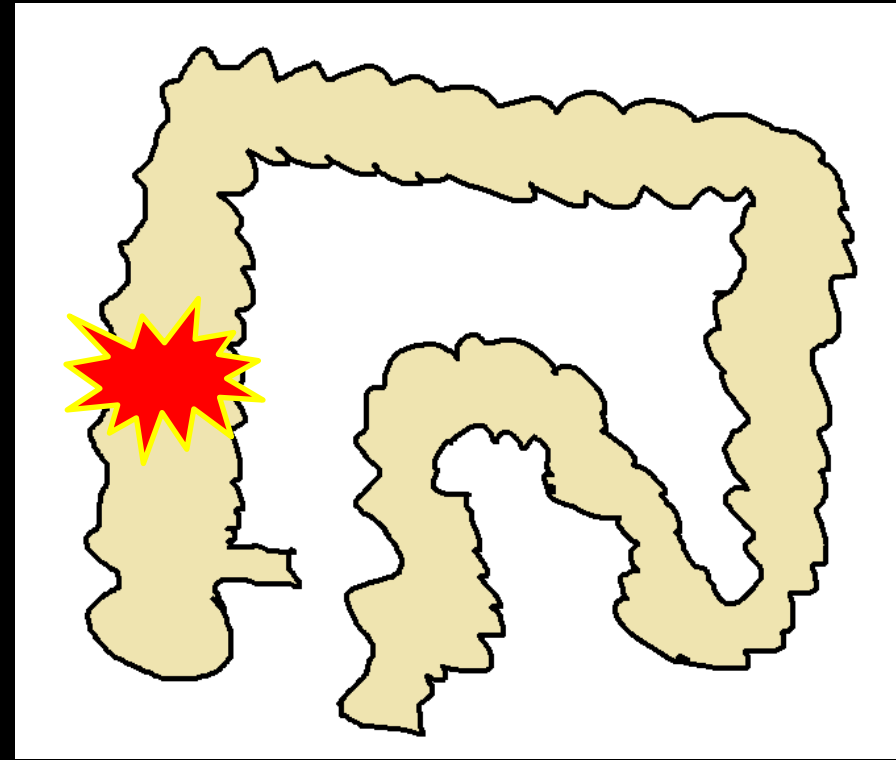
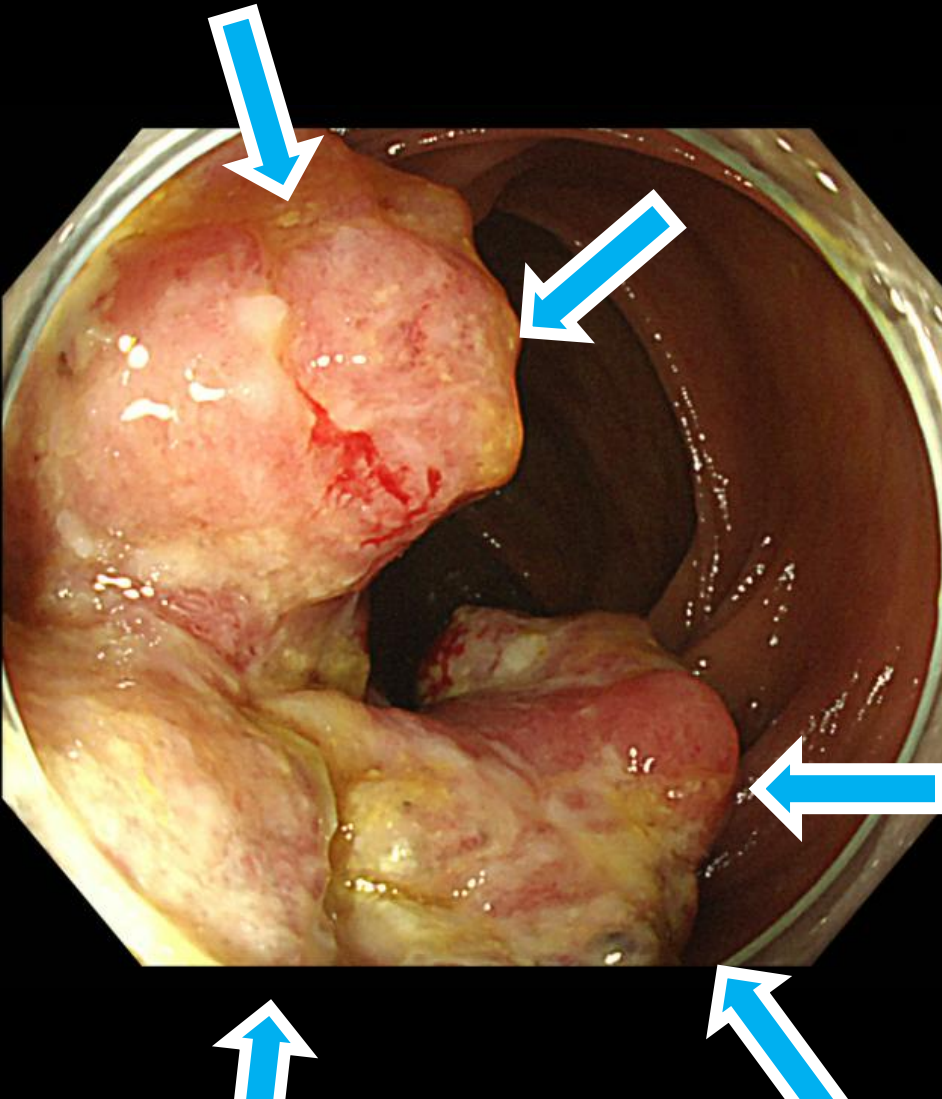


こんなのが隠れていることも！？

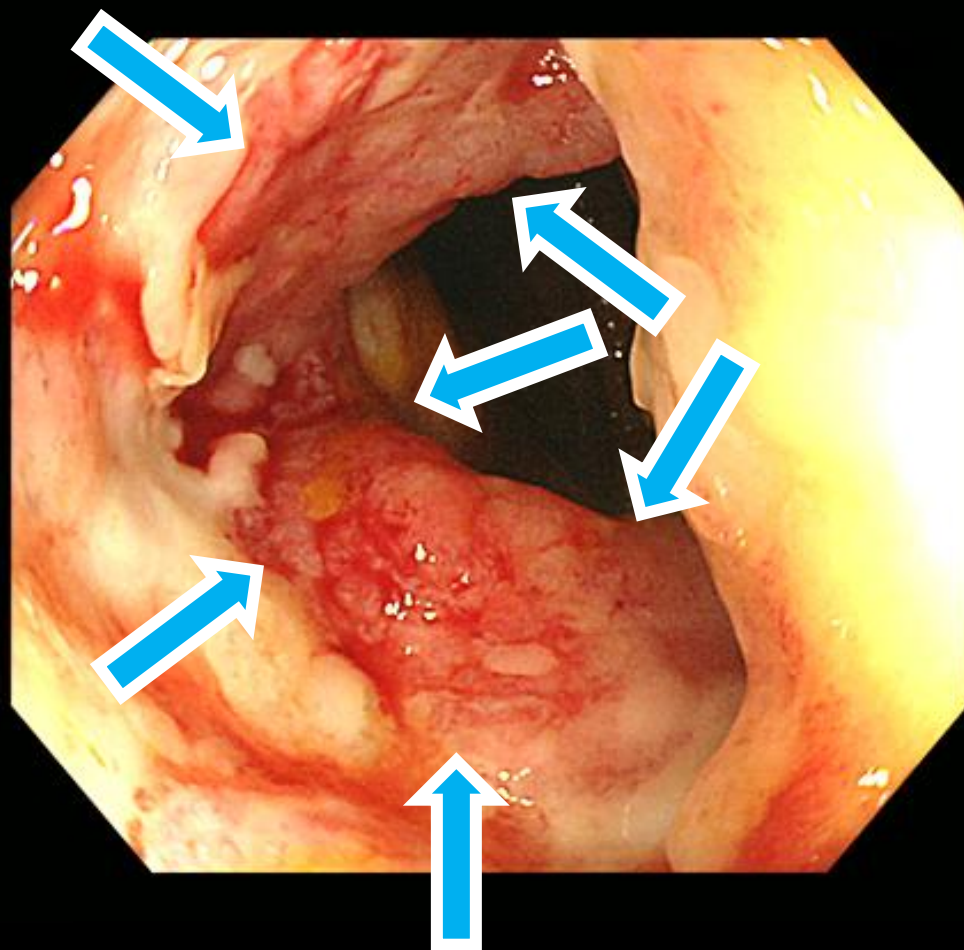
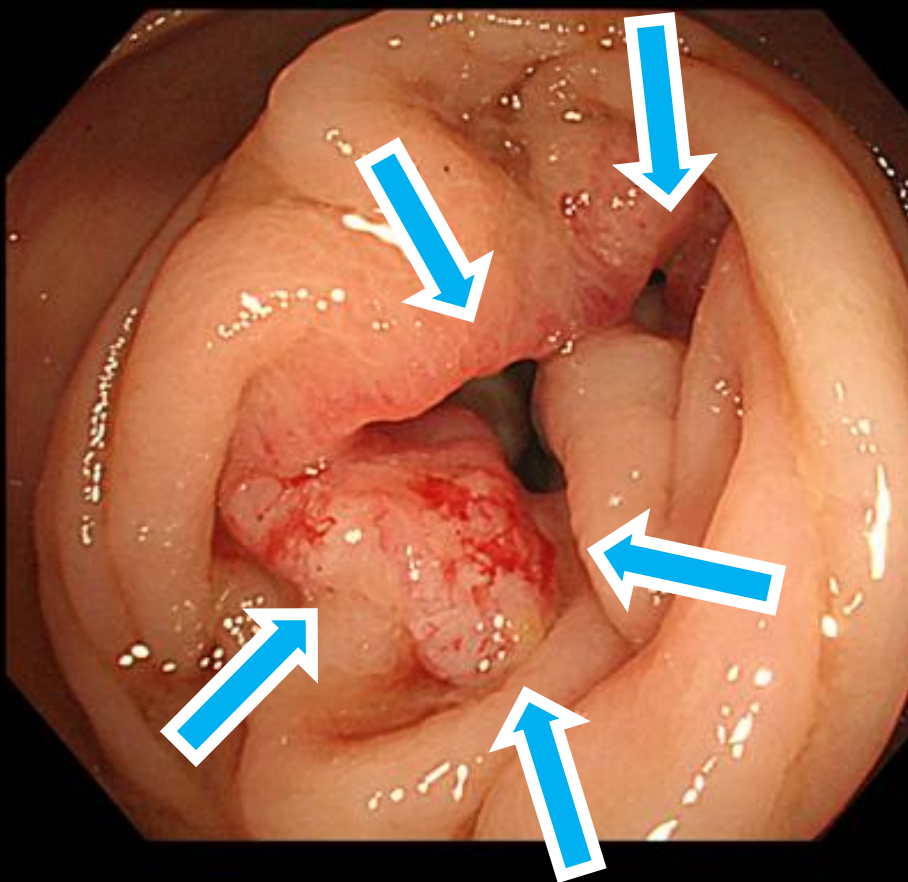


手術へ

上行結腸癌

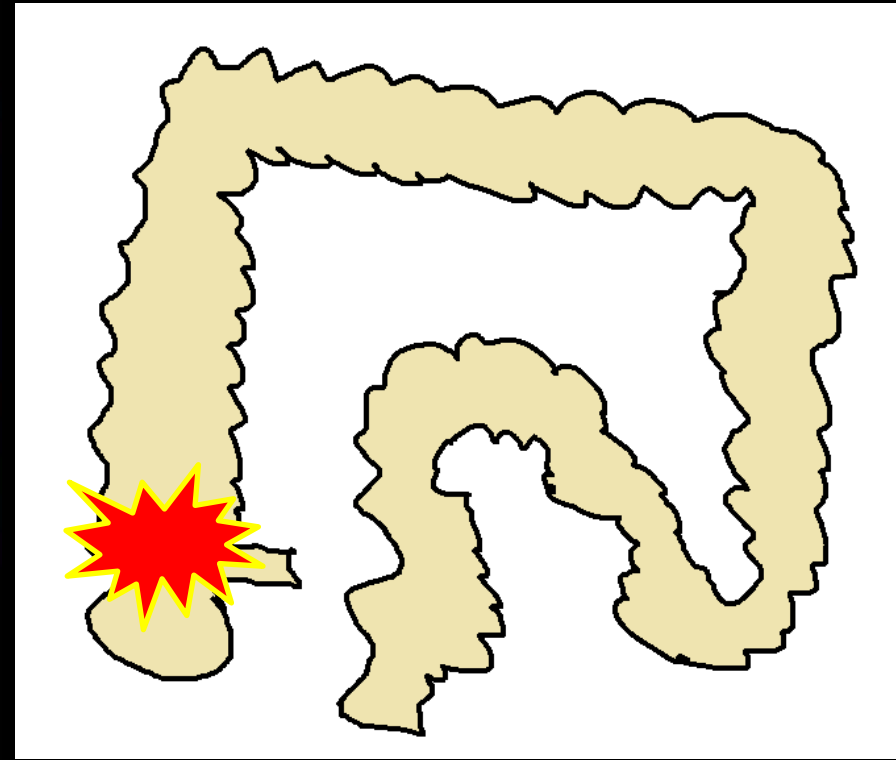
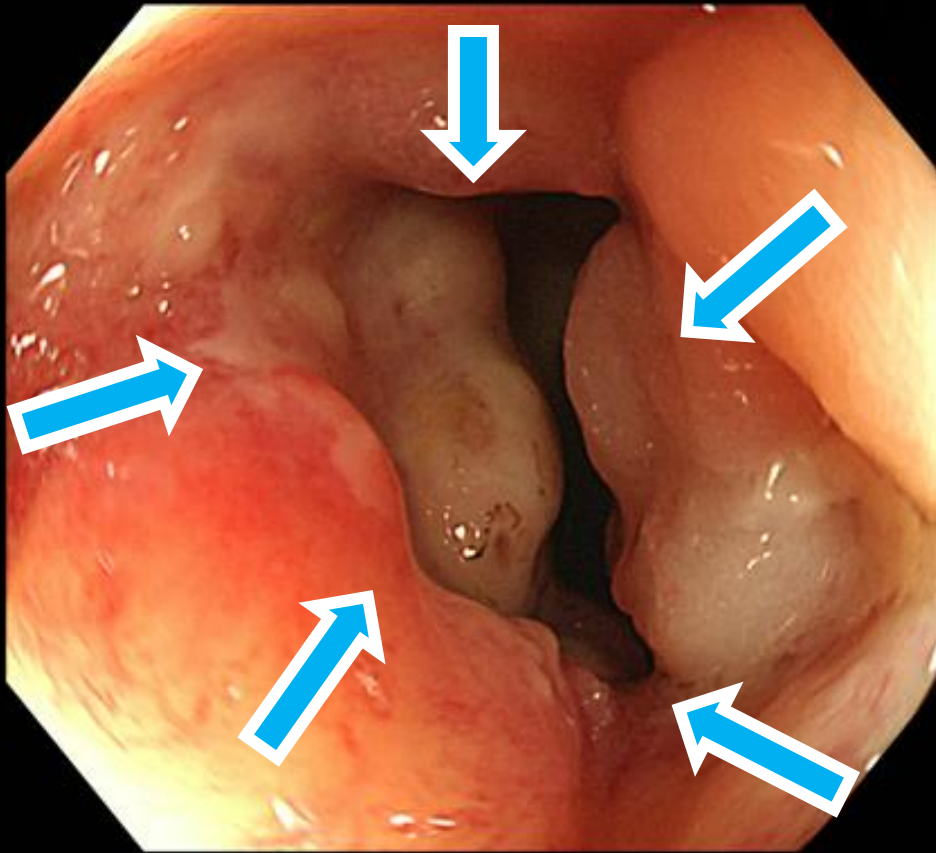


貧血・吐き気・便秘⇒大腸カメラ

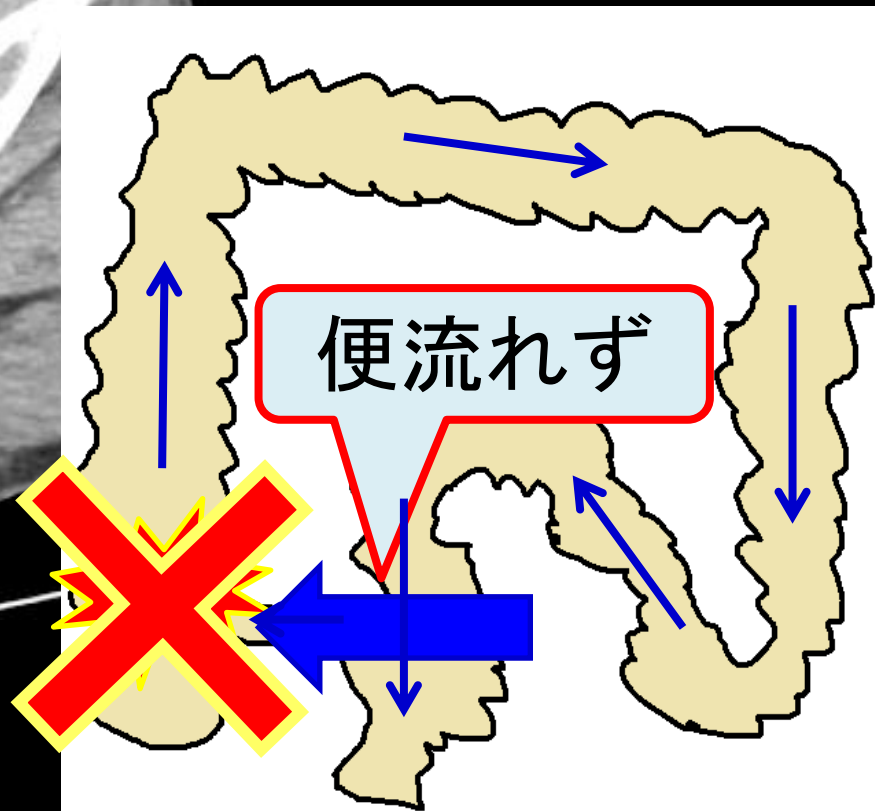
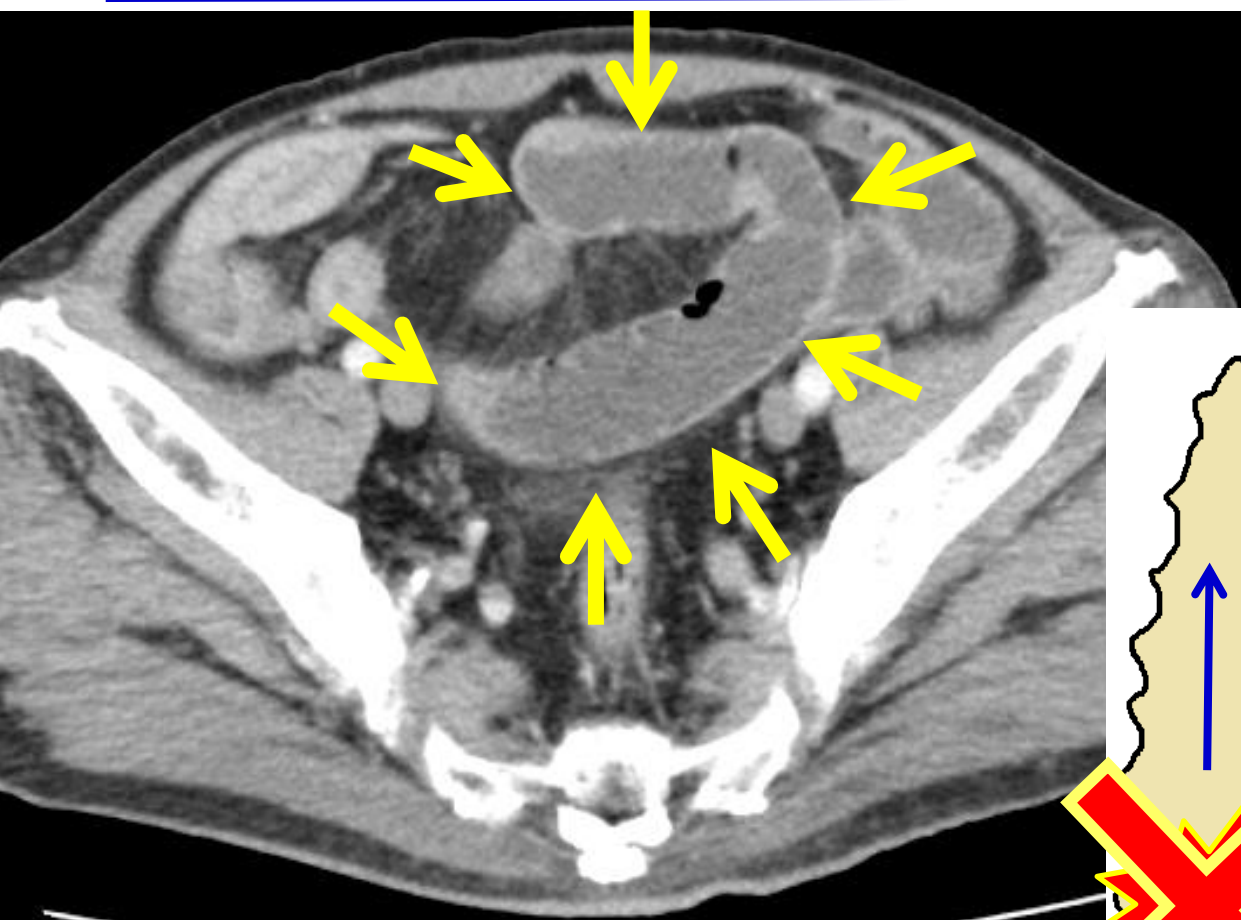


内腔狭窄⇒便が通過しない・出血

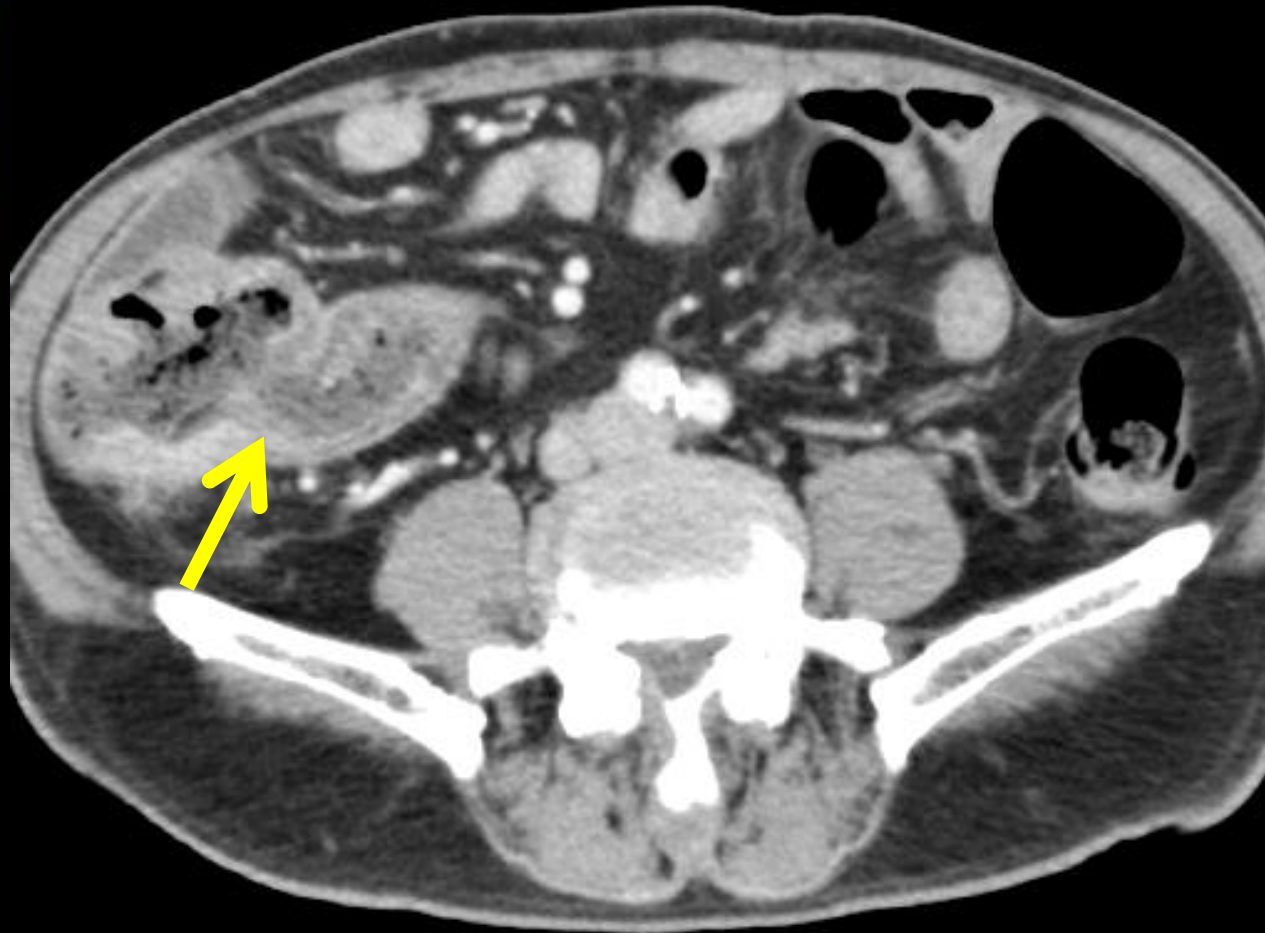
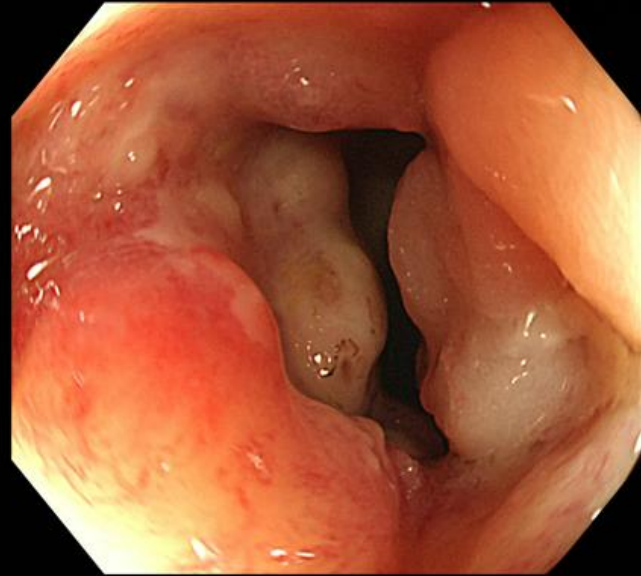
上行結腸癌



大腸癌で便が詰まり、腸閉塞に



便秘⇒腸閉塞を引き起こす



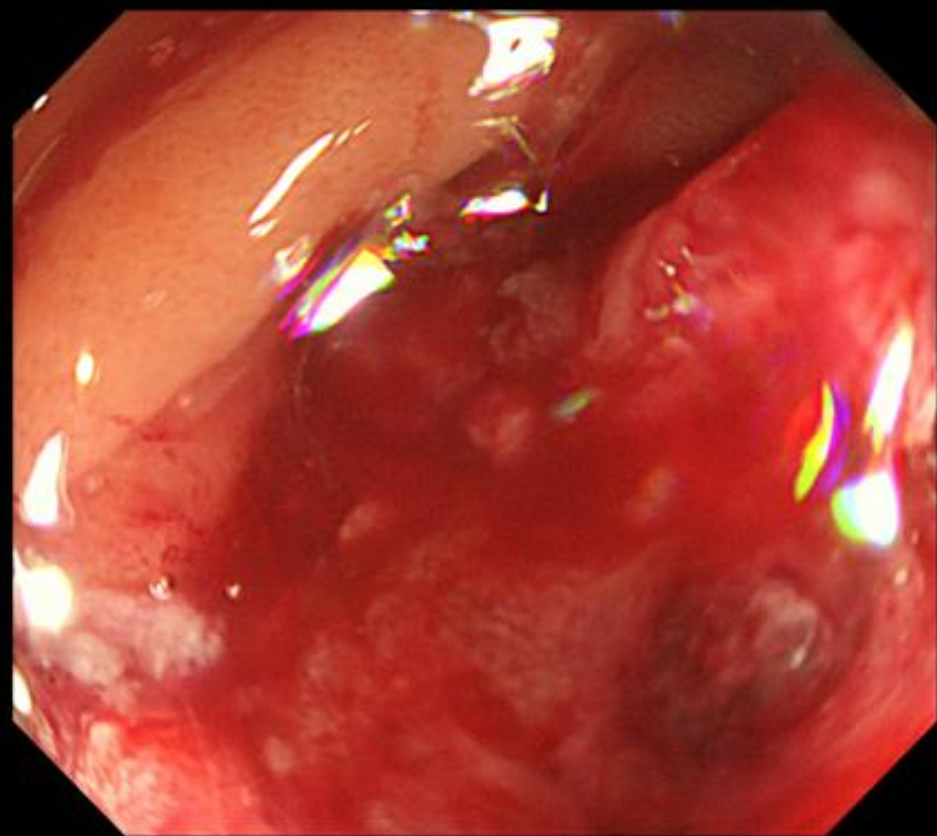
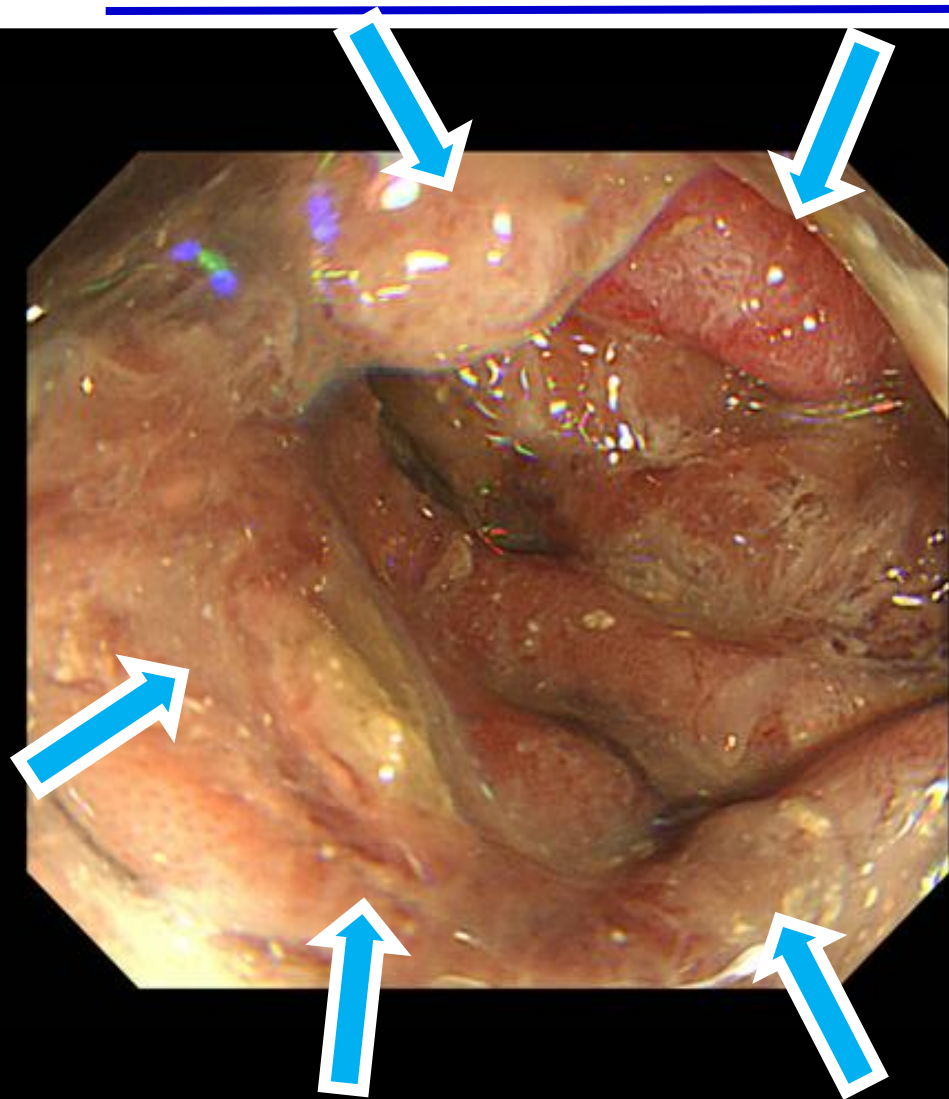
2ヶ月の便秘

- 70歳代の女性
- 便秘になり、便秘の薬内服していた。
- 2ヶ月間薬を内服したところで、腹痛出現し、東京高輪病院を受診。
- CT検査をおこなうと・・・





S状結腸癌⇒腸閉塞



治療

- 内視鏡を用いてイレウス管を留置（ぱんぱんに張った腸内部の液体を排出）
- 手術に



大腸の検査の方法

• 検便

便潜血検査：便に血液が混ざっていないかを見る検査。健康診断でもおこなう簡単な検査。

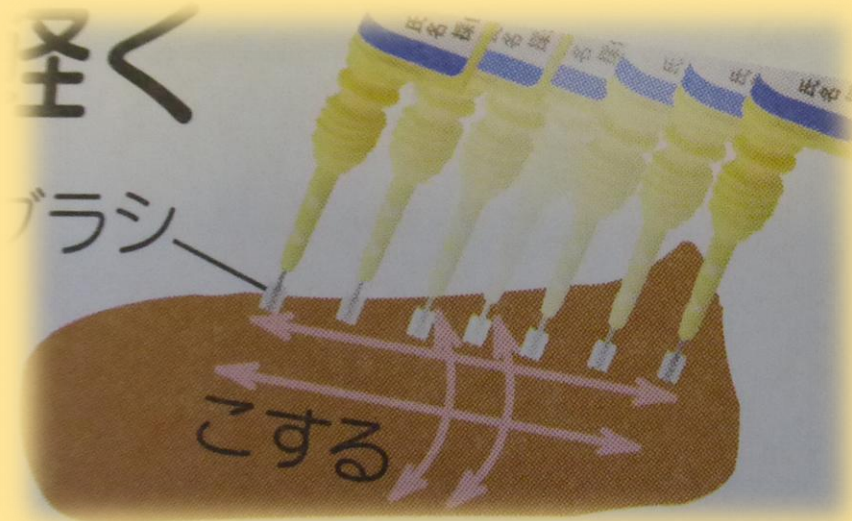
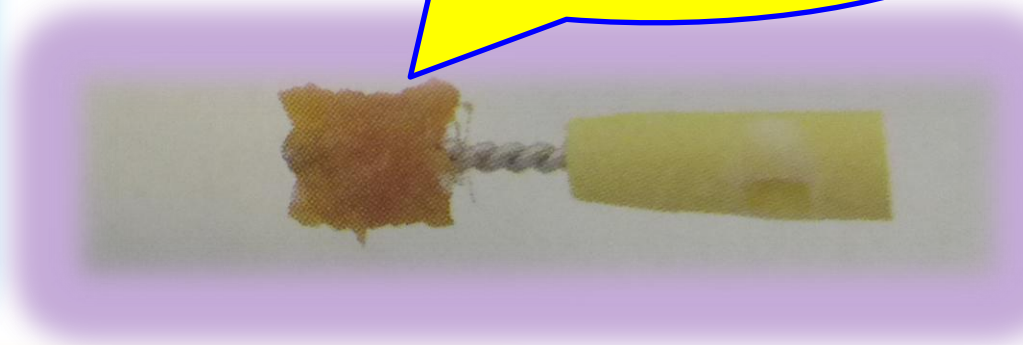
(検査で陽性になったからといって、全員癌というわけではない)

検便

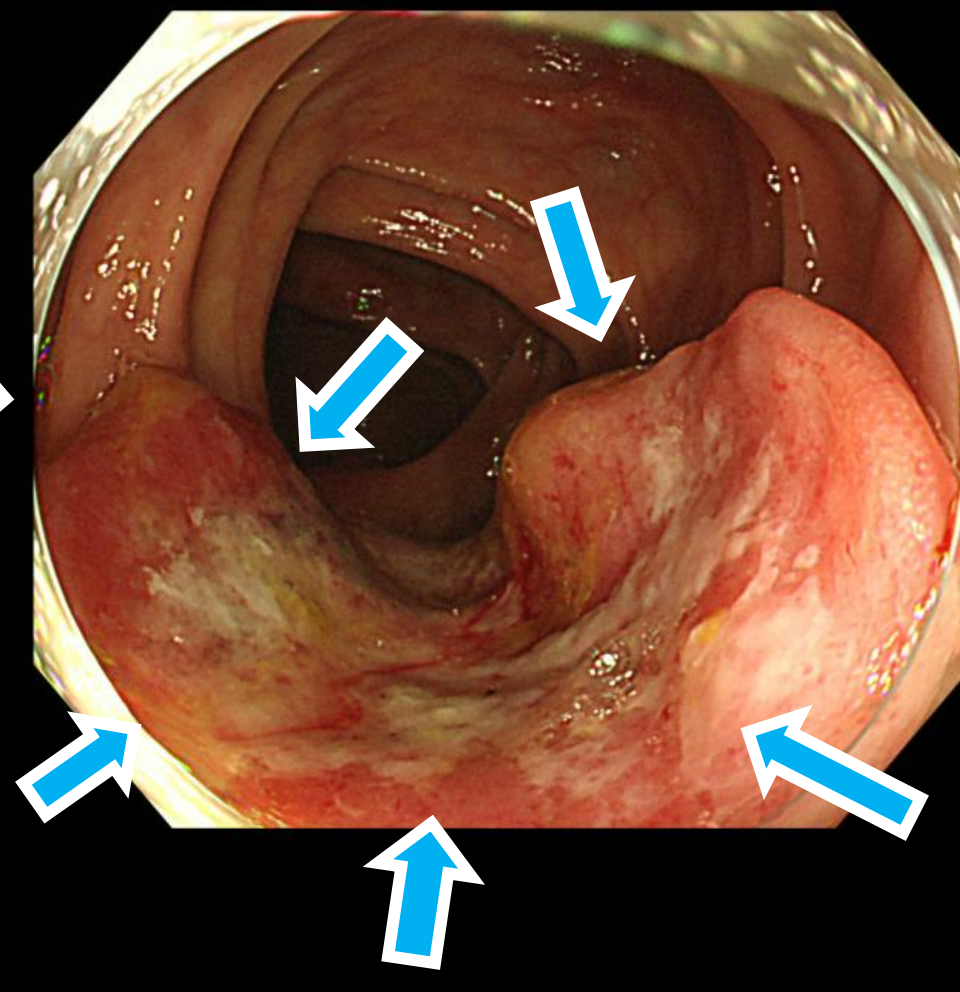
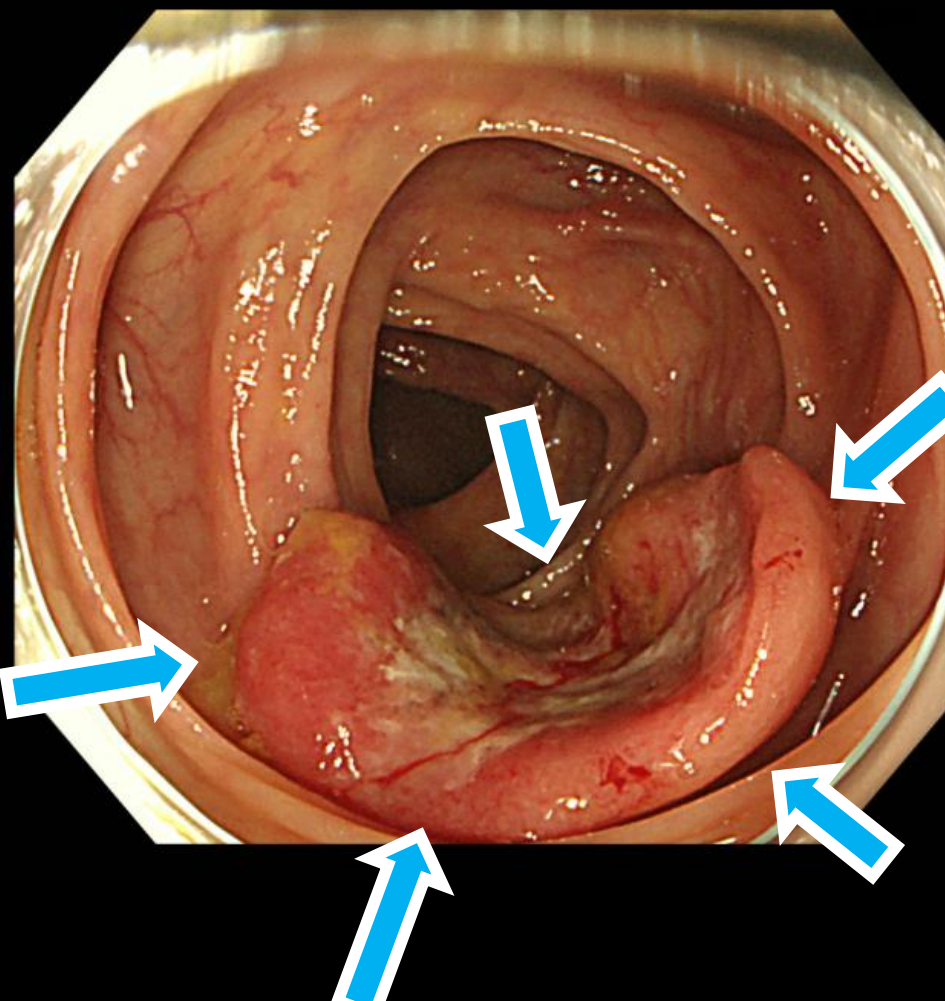


検便

こするだけで
簡単！！



検便で発見される大腸癌

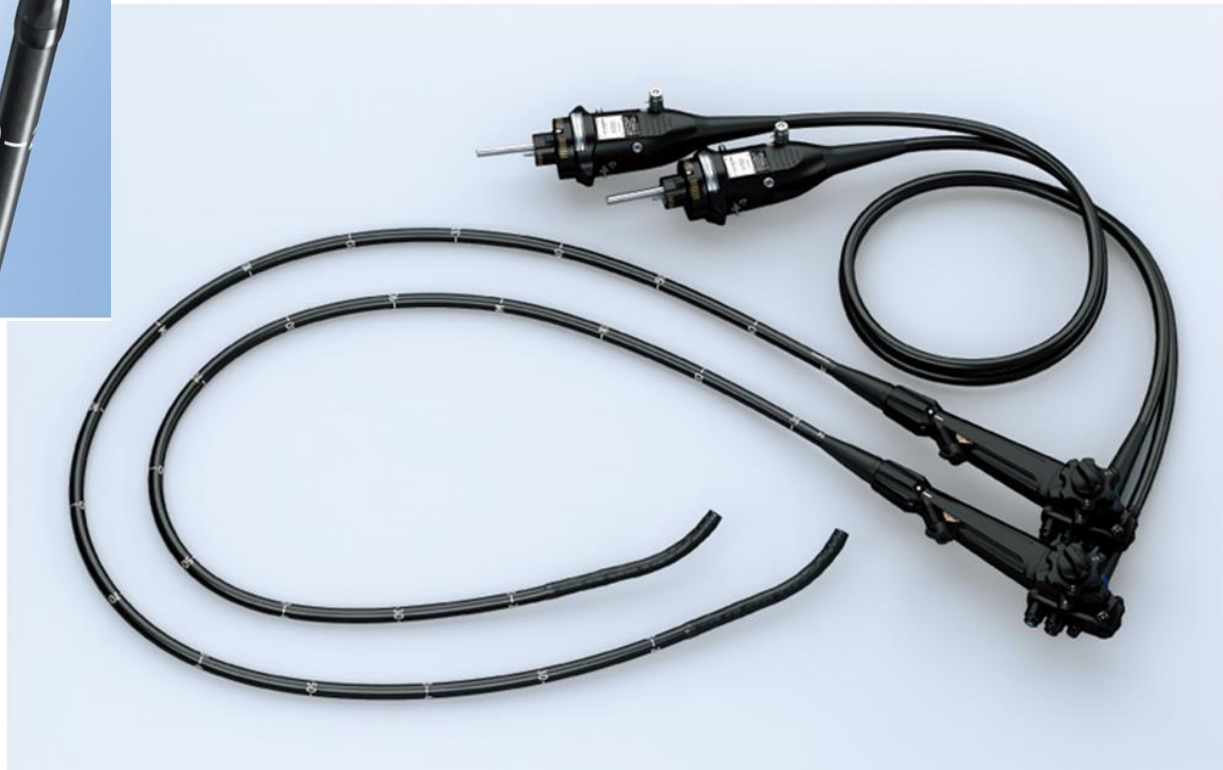
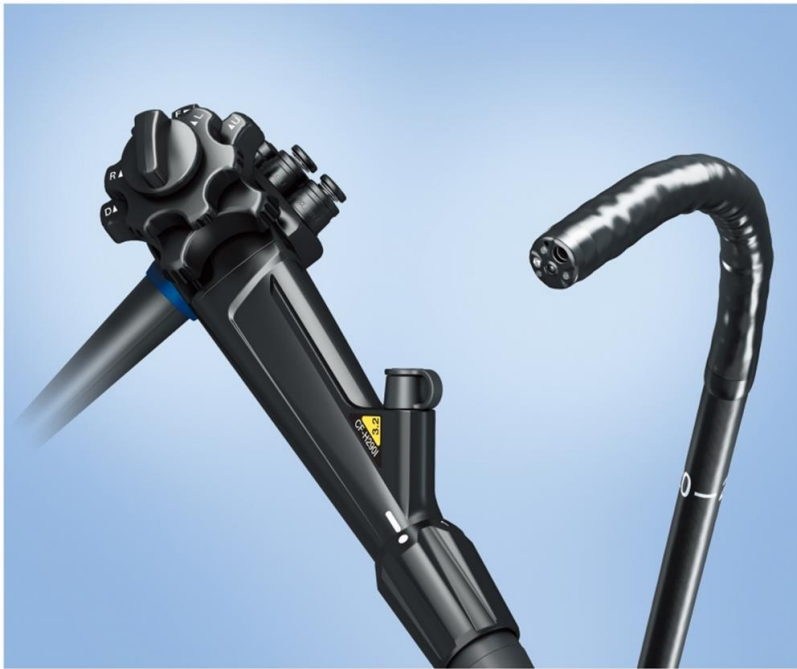


検査の方法

• 大腸カメラ

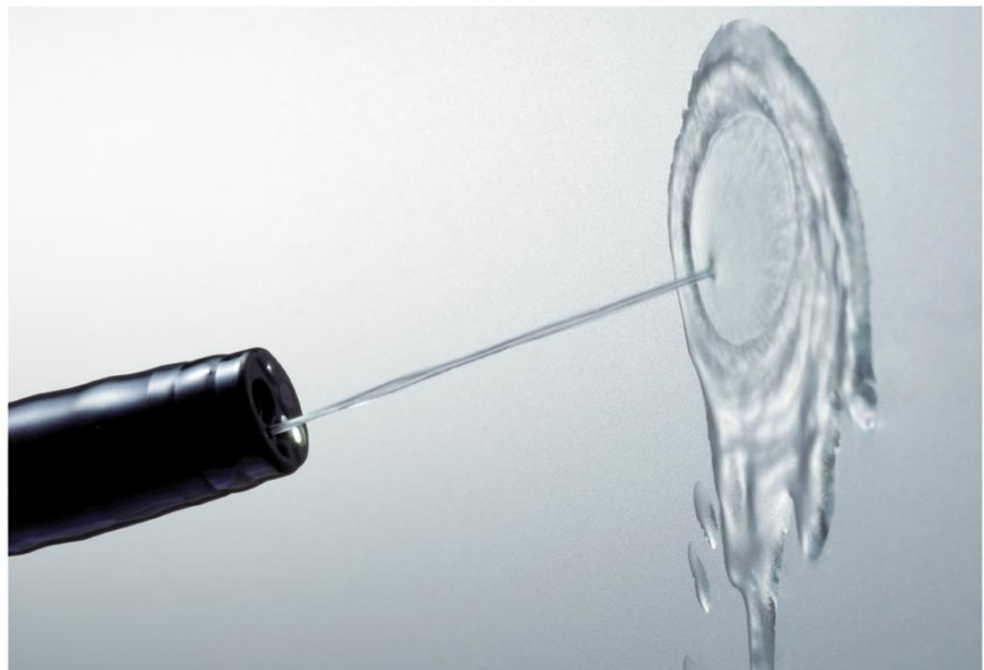
下剤を内服して、肛門から大腸の中に内視鏡を挿入する。腸の中を完全にきれいに洗い流してから検査するので、ちょっと大変だけれど、腸の中から観察できるので、一番正確。

大腸カメラ



スコープ操作部





内視鏡の処置具

異物摘出



止血



碎石・採石



ポリープ摘出



検査の方法

- CT

小さな癌は見つけれないが、大きな癌や、転移しているような癌は見つけれられる。正確性は劣るが、簡便に検査可能。



**1月から
新しいCT装置を導入！！**



2018年2月

新しいCTを導入しました



さらに

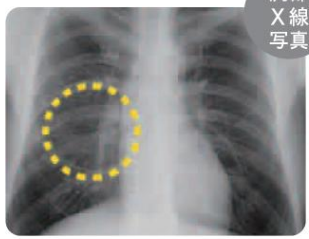
低被曝



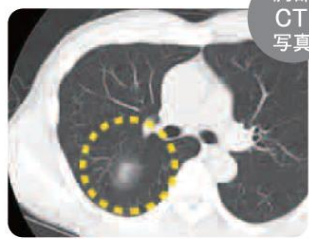
さらに

高精細

最新の技術により、従来のCTに比べ画質は高精細になり30~50%の被曝を低減し、息留めもわずか数秒と、より負担も少なくなり安心して検査を受けていただけるようになりました。



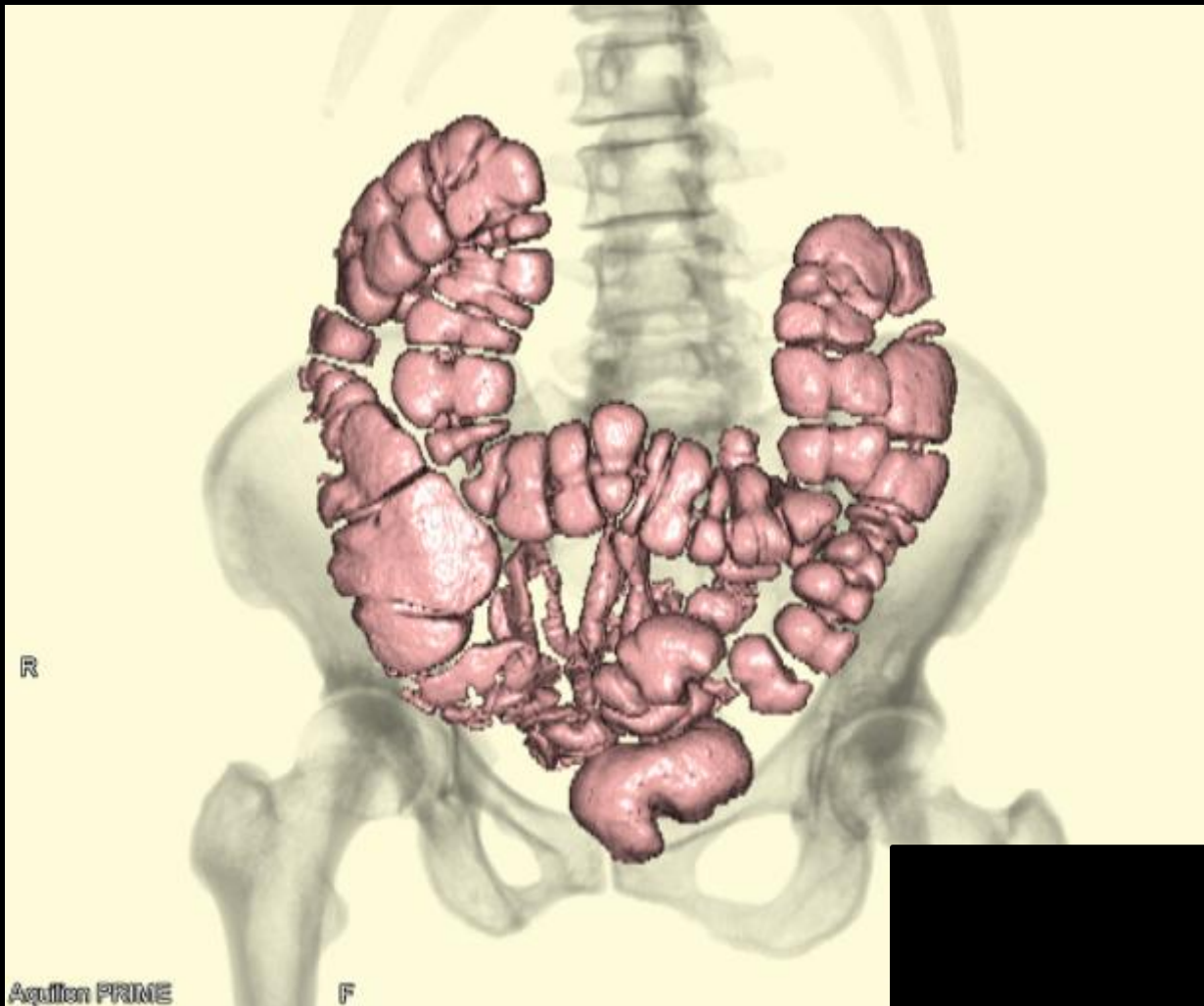
胸部
X線
写真



胸部
CT
写真



大腸の画像も作れます (要前処置)



ちょっとでも気になったら・・・

- 検査を受けましょう
- 「後悔、先に立たず」

☆体調や年齢によって、検査が出来ないこともあります☆

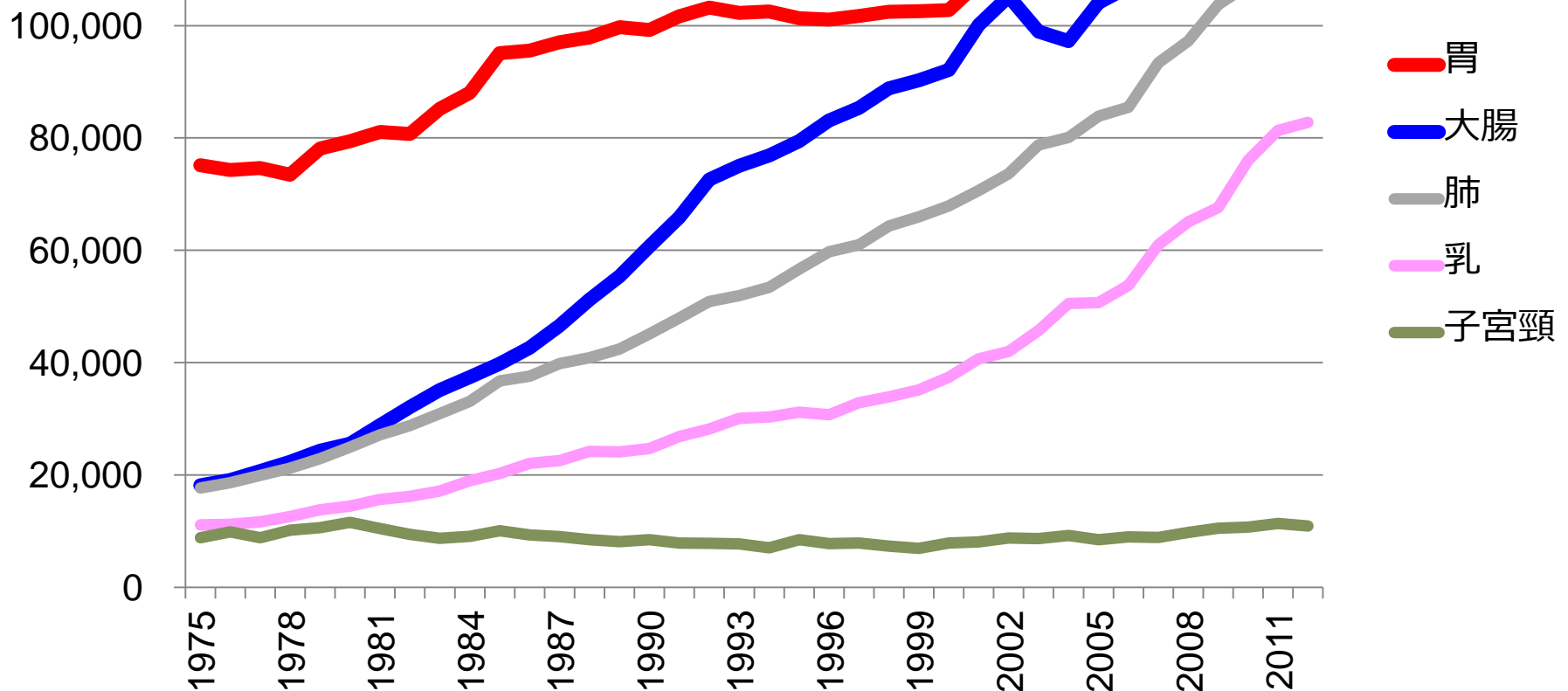
増え続ける胃癌・大腸癌

人

＜部位別がん罹患数の推移（全国推計値）＞

1年あたり

全国推計 13万人

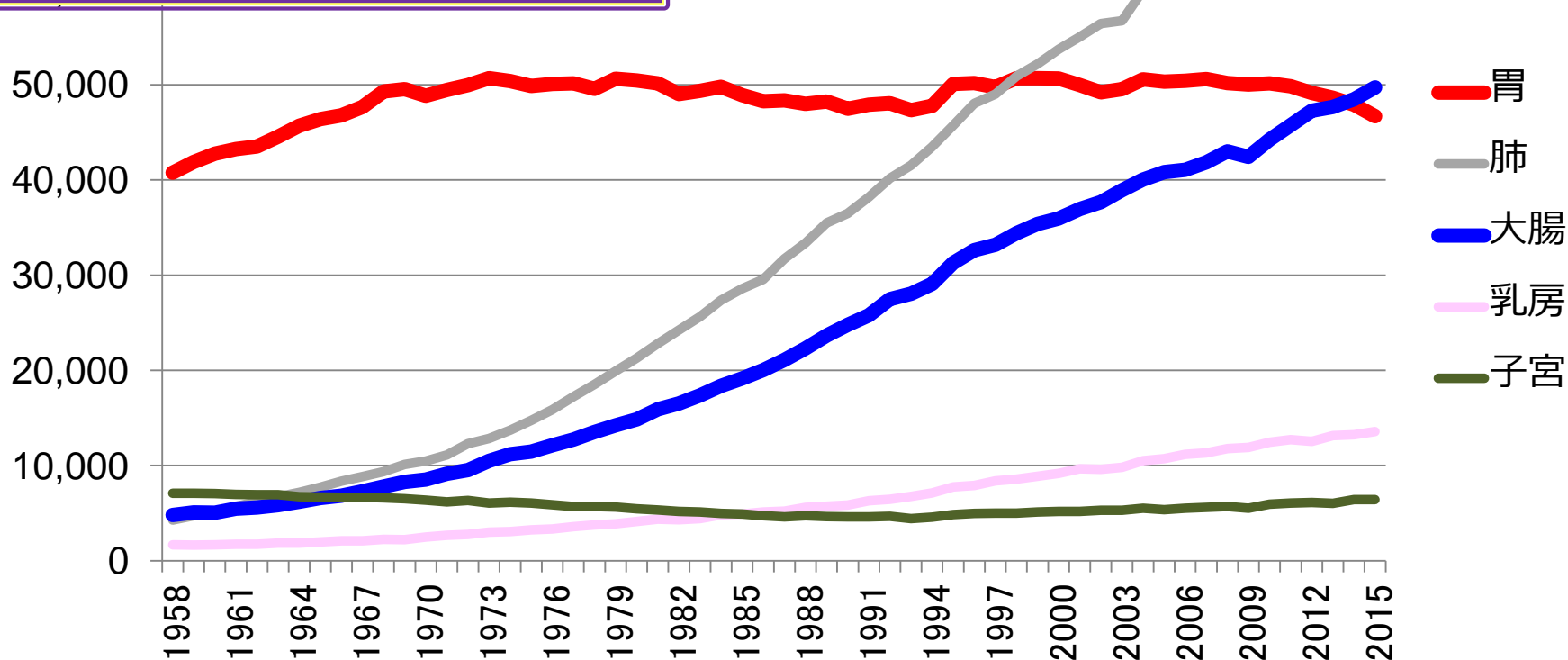


大腸癌で亡くなる人、年々増加

人

＜がんによる部位別死亡者数の推移＞

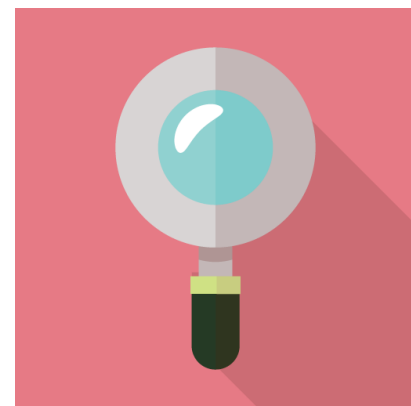
1年あたり
死亡数 5万人



大腸癌は

- 早く見つければ治ります！

→ 見つけましょう！！



そろそろ

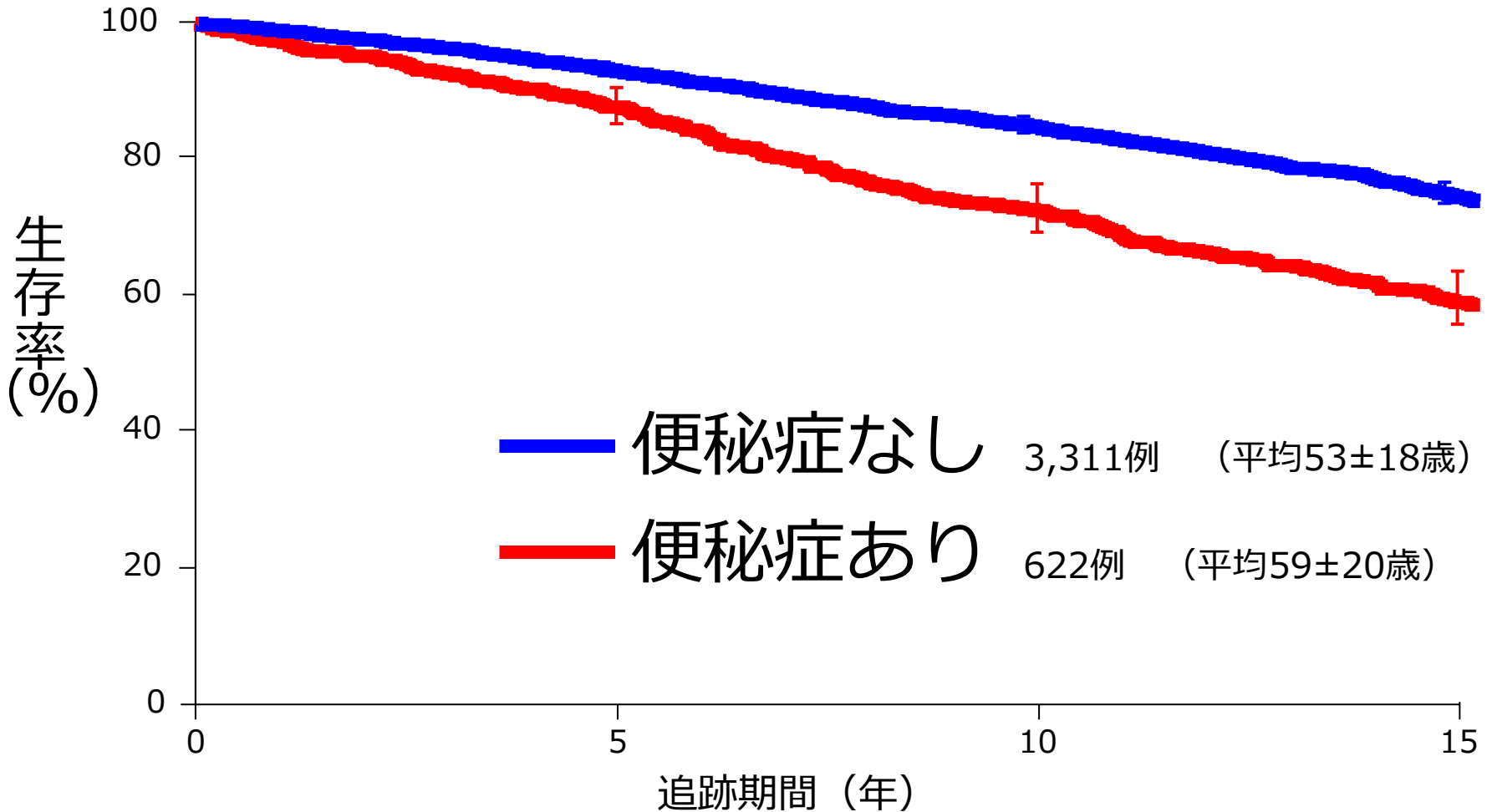
- 便秘の話に戻ります
- 実は、医学界でも便秘はホットな話題です
- ガイドラインも初めて出来ました



便秘は放っておかないほうがいい

- 癌でなくても放っておかないほうがいい
です

便秘無い人のほうが生存率高い



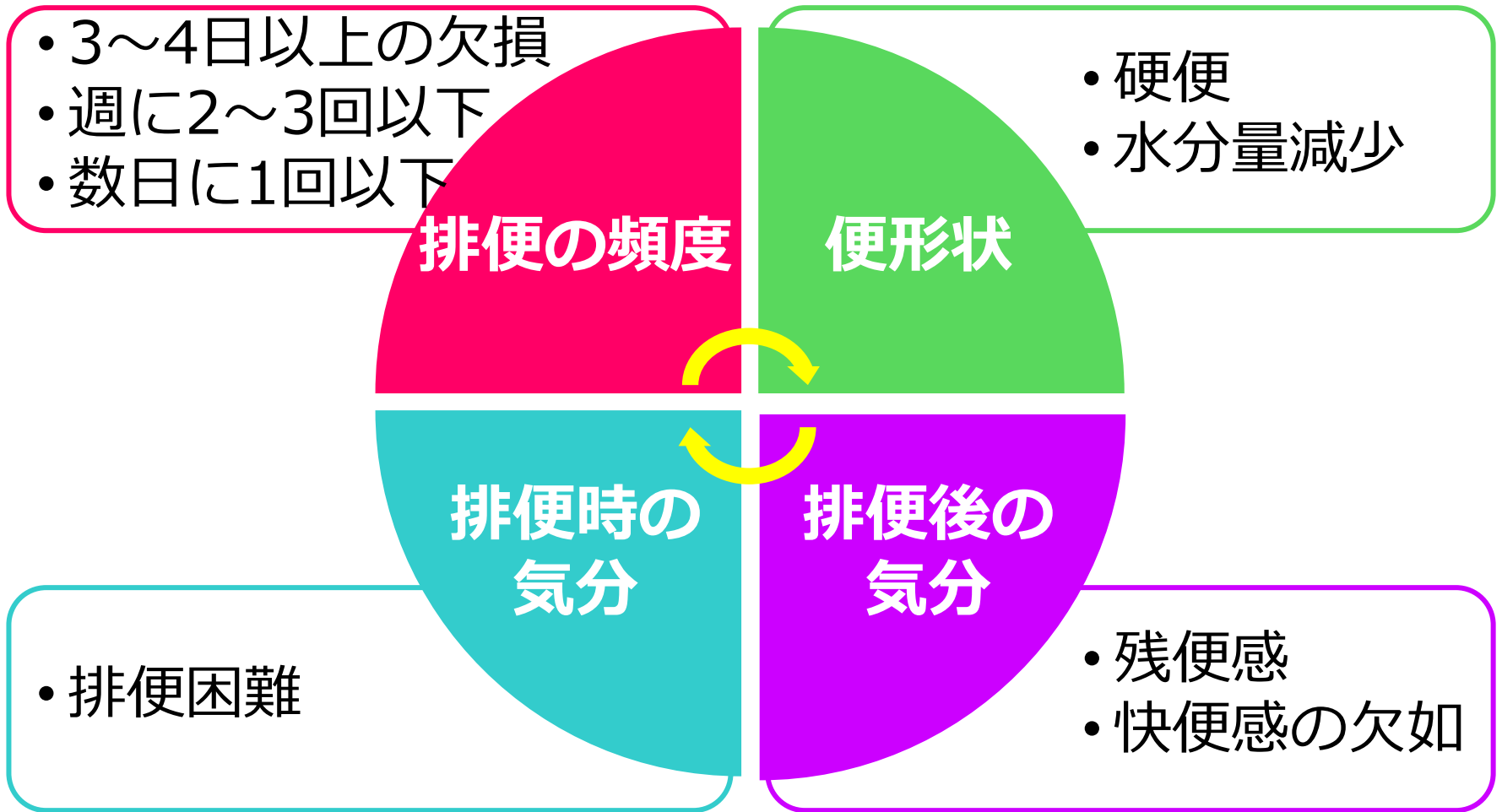
調査対象：20歳以上の米国人3,933例

調査方法：消化器症状評価アンケートを用い生存状況を15年間追跡調査

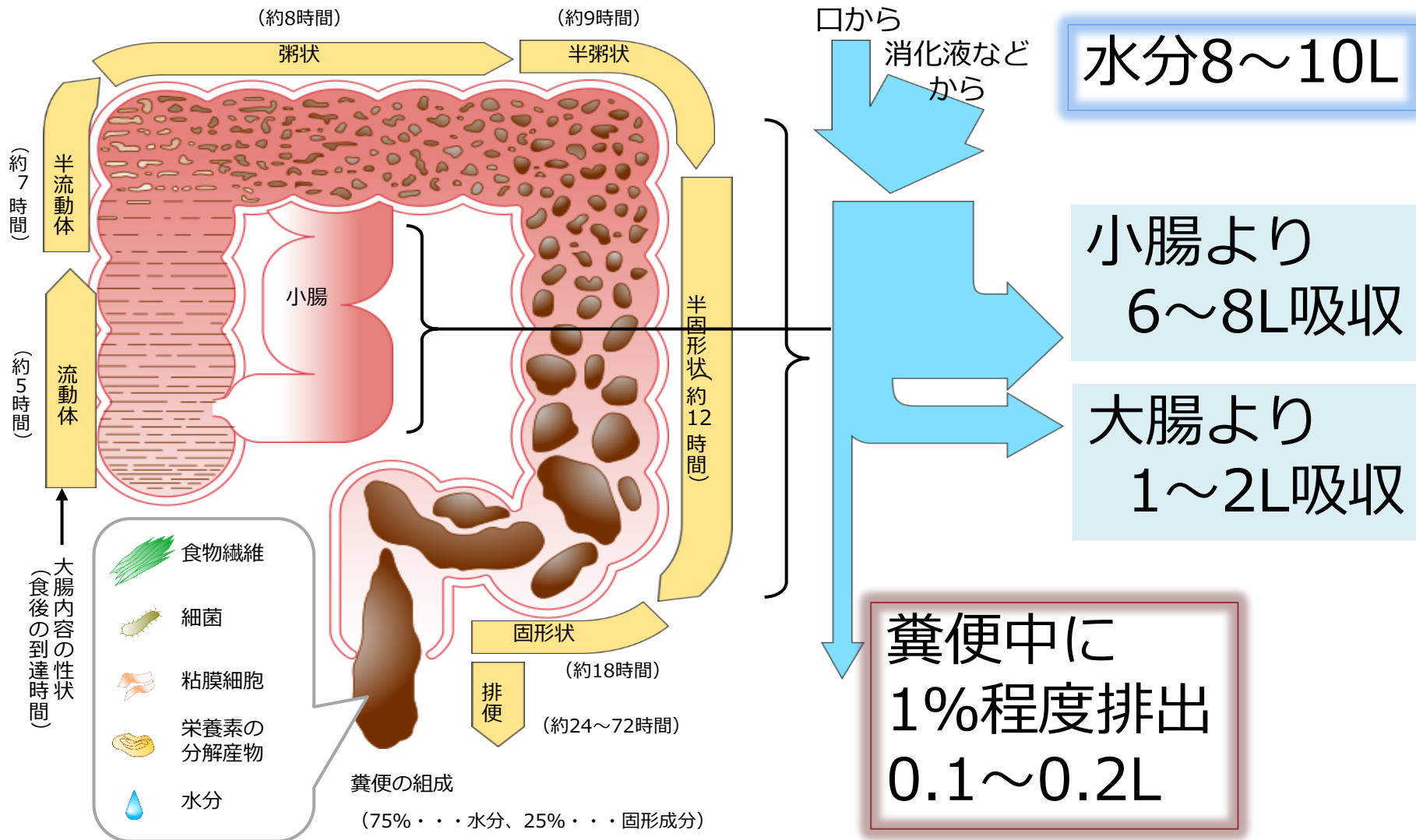
便秘の定義

- 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

便秘の概念



大腸における便の形成



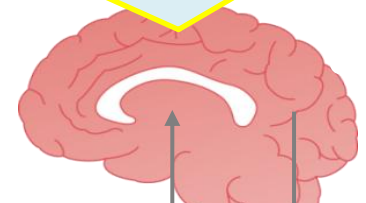
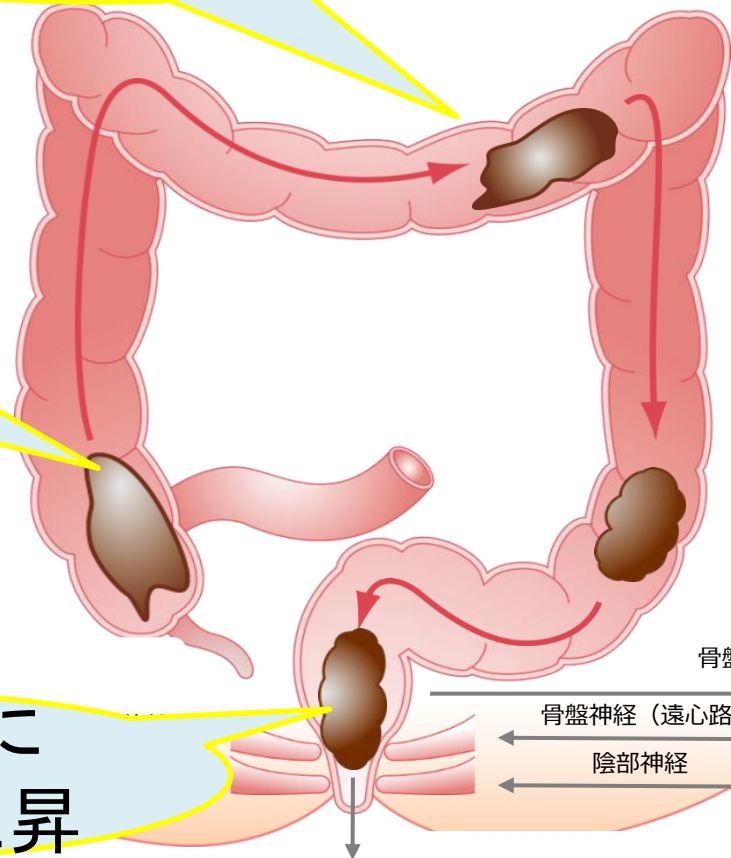
排便するまで

刺激が脳に伝わり
便意を起こす

水分吸収
便の形状に

食残渣が
大腸へ流入

便が直腸に
直腸内圧上昇



脊髄

骨盤神経 (求心路)

骨盤神経 (遠心路)

陰部神経

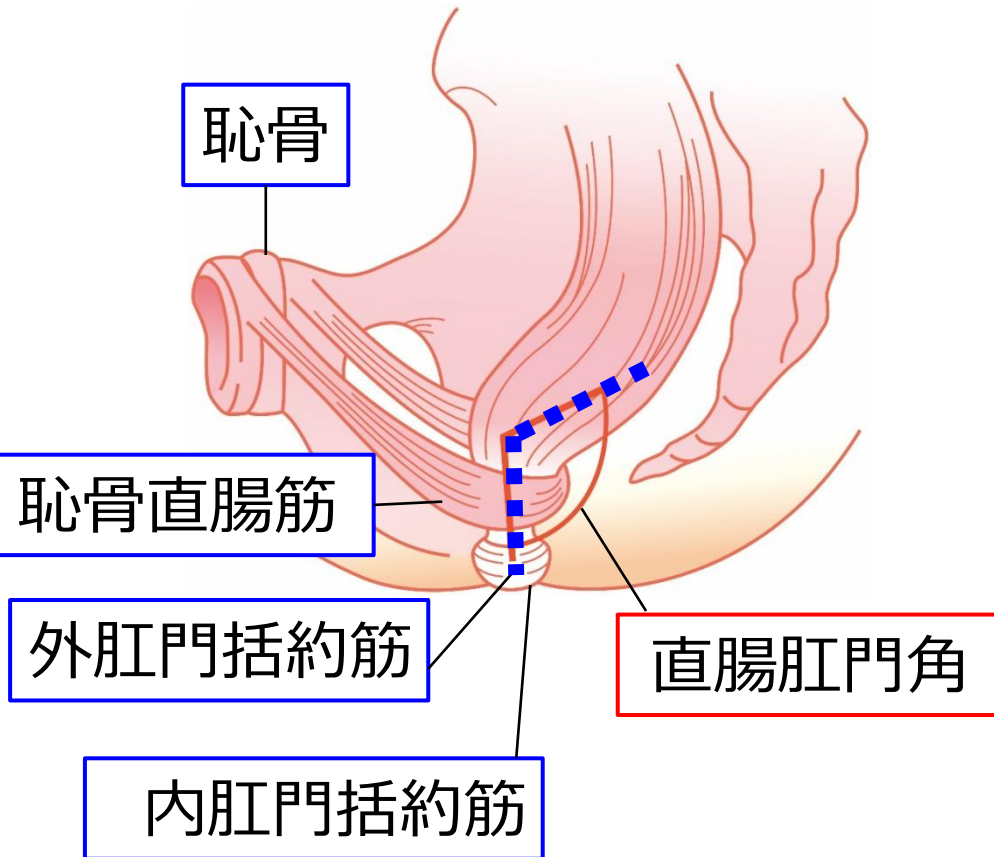
S3 排便中枢
S4

排便指令

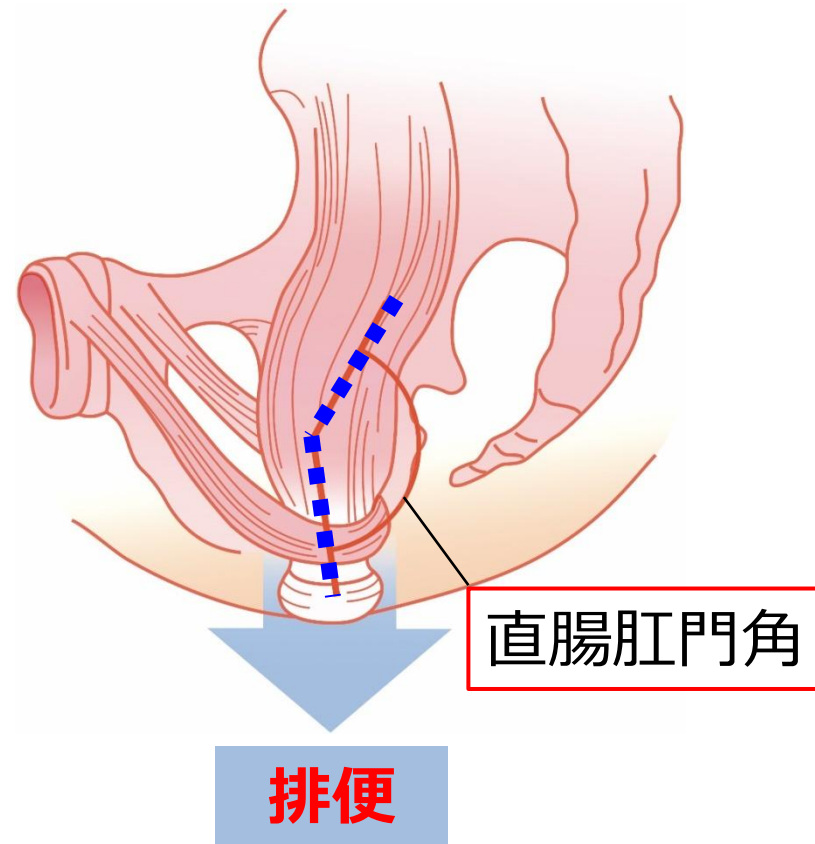
1) 尾高 健夫：診断と治療. 98: 1477, 2010. より改変
監修：川崎医科大学内視鏡・超音波センター 准教授 眞部 紀明 先生

排便時、直腸肛門角は鈍化

安静時

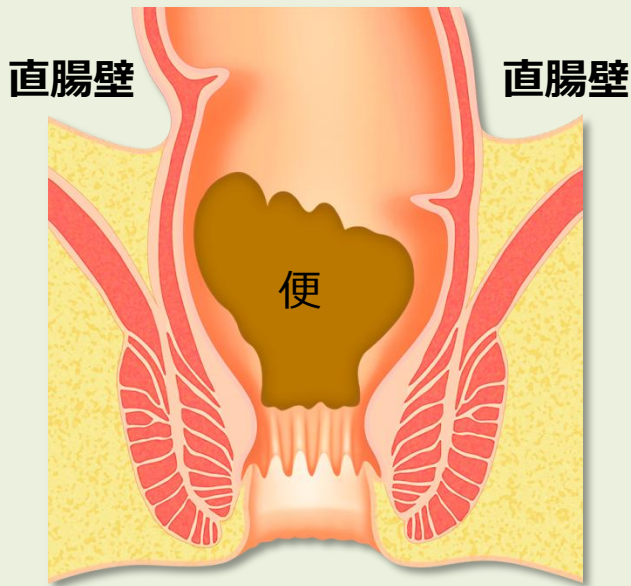


排便時



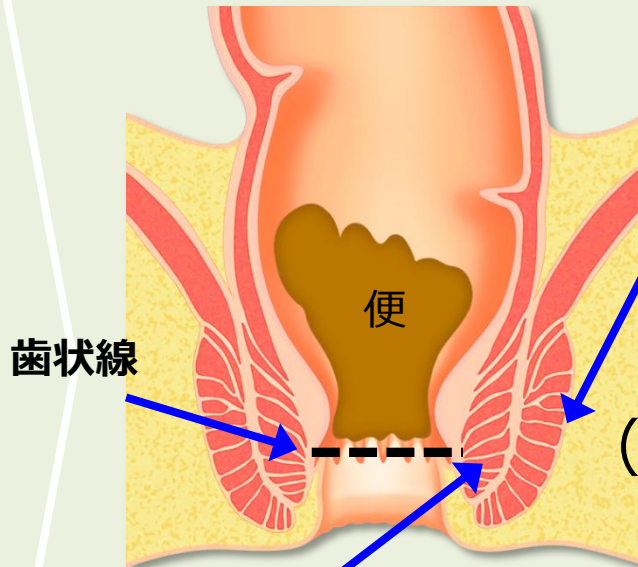
排便時の肛門括約筋

大蠕動が起きたとき



- 糞便が直腸に移送
→ 便意が生じる

便意が生じた後



内肛門括約筋

↓
弛緩

外肛門括約筋

↓
収縮

↓
(肛門は閉鎖)

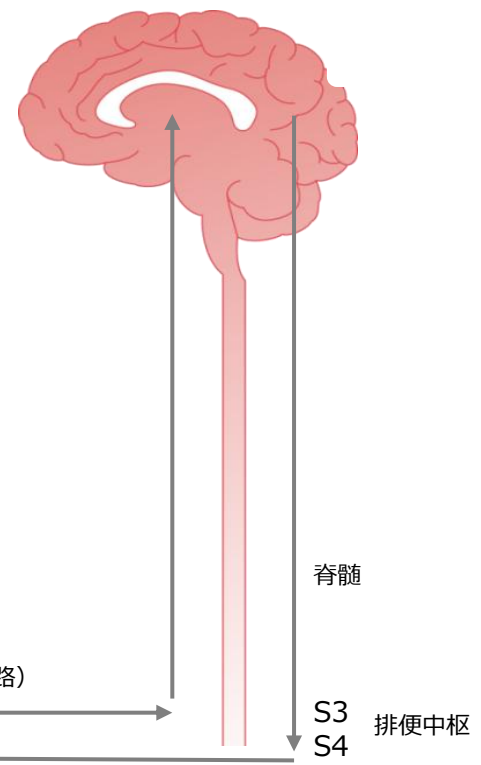
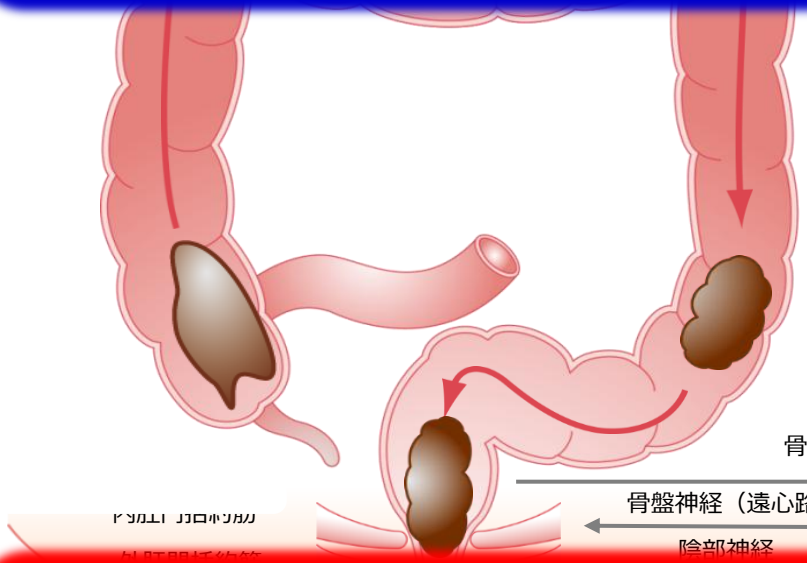
↓
(排便姿勢・いきむ)

↓
弛緩

↓
(排便)

便秘は、通過障害・排出障害

結腸の輸送能低下による
便の通過障害



直腸の機能低下による
便の排出障害

便秘の原因

- 器質性便秘
- 症候性便秘
- 薬剤性便秘
- 原因がはっきりしない

器質性便秘

- 大腸癌
- 炎症性腸疾患
- 痔核
- 直腸脱
- 手術後
- 等

症候性便秘

- 内分泌・代謝疾患（糖尿病・甲状腺機能低下症・慢性腎不全）
- 神経疾患（脳血管疾患・パーキンソン病）
- 精神疾患（不安神経症・うつ病）
- 等

薬剤性便秘

- 抗コリン薬（アトロピン・スコポラミン）
- 向精神薬（抗うつ薬）
- 抗パーキンソン病薬
- オピオイド（モルヒネ・オキシコドン）
- 循環器作用薬（カルシウム拮抗薬・抗不整脈薬）
- 等

-
- 便秘は、心臓疾患・脳血管疾患・糖尿病・腎不全・排尿と関連が指摘されています

便秘だと、死亡リスクが増加

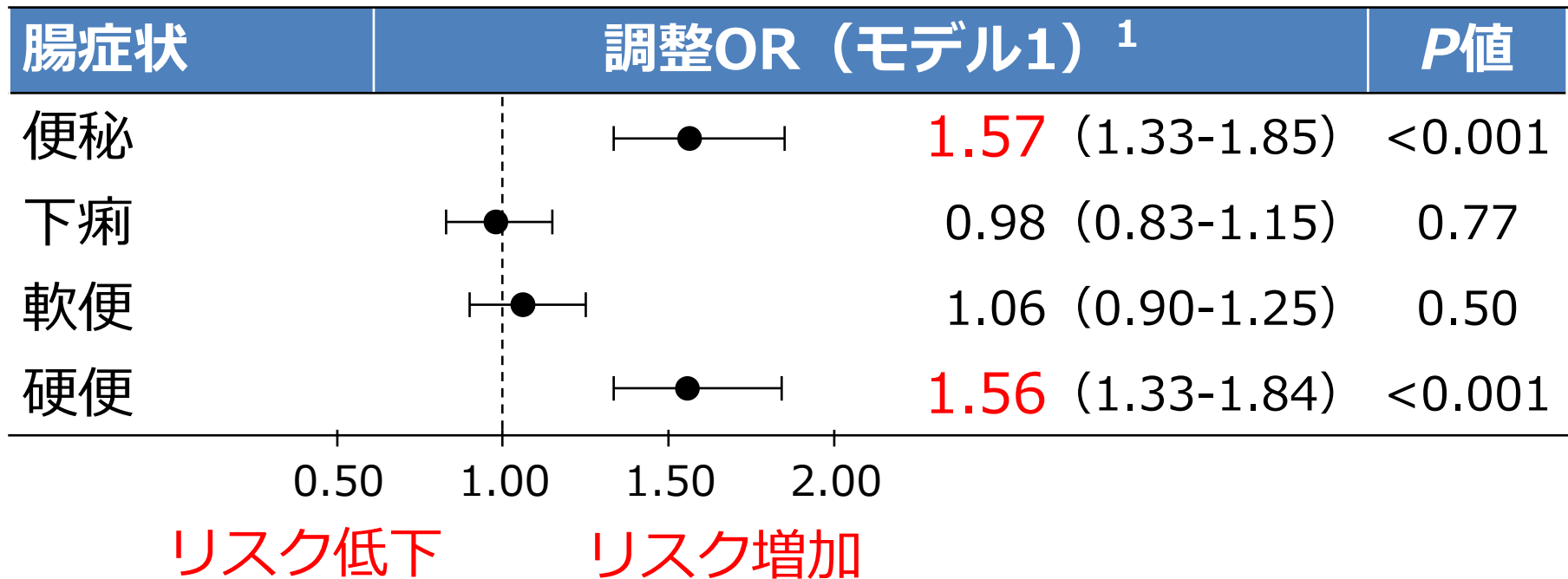
	排便頻度			傾向性の p値
	1日に1回以上	2~3日に1回	4日に1回以下	
観察人年	395,286	86,587	8,213	
循環器系疾患 死亡数 粗HR	1,558 1	413 1.21 (1.09-1.35)	57 1.77 (1.36-2.31)	<0.001
脳血管疾患 死亡数 粗HR	696 1	197 1.29 (1.10-1.52)	35 2.43 (1.73-3.42)	<0.001

対象・方法：大崎国保コホート研究*の中で、ベースライン調査に回答した症例から、追跡開始以前に国民健康保険から脱退した例、ベースライン時に心筋梗塞、脳卒中、がんの既往がある例、排便に関する質問に回答がない例を除外した45,112名を解析の対象とし、排便頻度と13年間の循環器系疾患死亡との関連について分析を行った。

*大崎国保コホート研究：宮城県大崎保健所管内に居住する国民健康保険加入者を対象として1994年10月から12月に実施した生活習慣に関する調査。本調査では40歳から79歳（当時）の住民54,996名を対象にアンケート調査を実施し、52,029名から有効回答を得た。

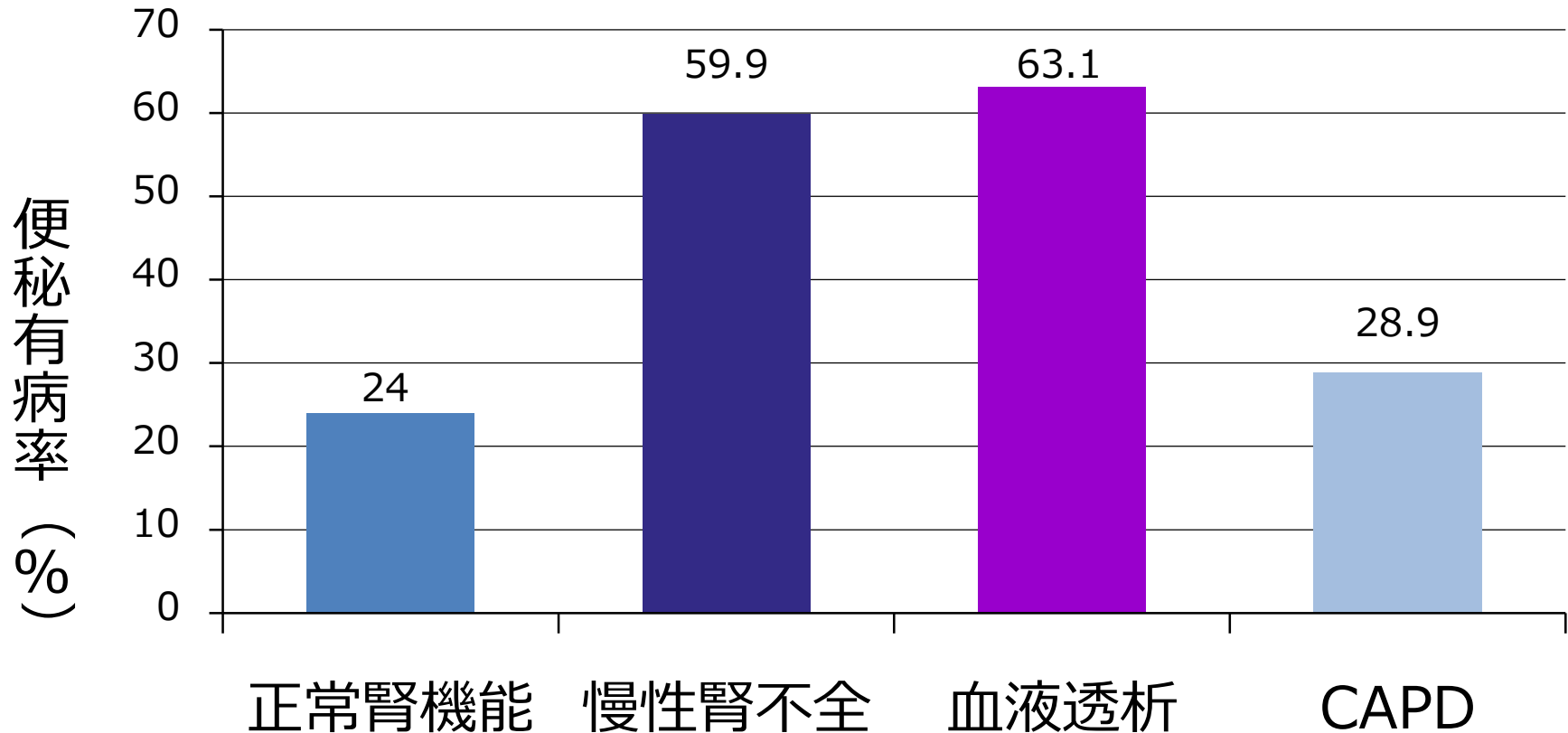
糖尿病は便秘・硬便と関係

糖尿病と腸症状の関連 (n=4,738)



¹モデル1：年齢、性別、喫煙者、及び飲酒について調整；括弧内の数字は95%CIを表す。GI：消化器；OR：オッズ比

慢性腎不全患者の60%に便秘

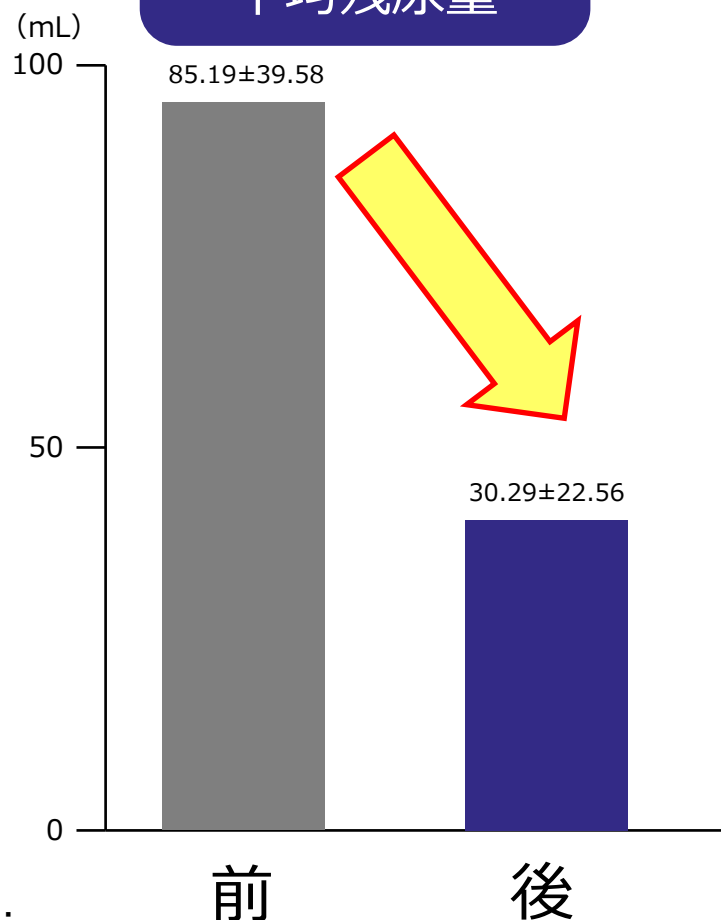


調査方法：

連続携帯式腹膜透析（CAPD）または血液透析を受けている483例と、透析治療を受けていない（慢性腎不全、本能性高血圧、糖尿病、または慢性糸球体腎炎）441例の日本人外来患者を対象とし、排便に関するアンケートを実施した。

便秘治療後、尿路症状改善

超音波測定による
平均残尿量



- 便秘の治療後、尿意切迫感・頻尿が減少、尿勢が改善。

調査方法：

65～89歳の慢性便秘症及び下部尿路症状を有する患者52例を対象に、便秘治療を行い、下部尿路症状に対する効果を検討した。

やっぱり

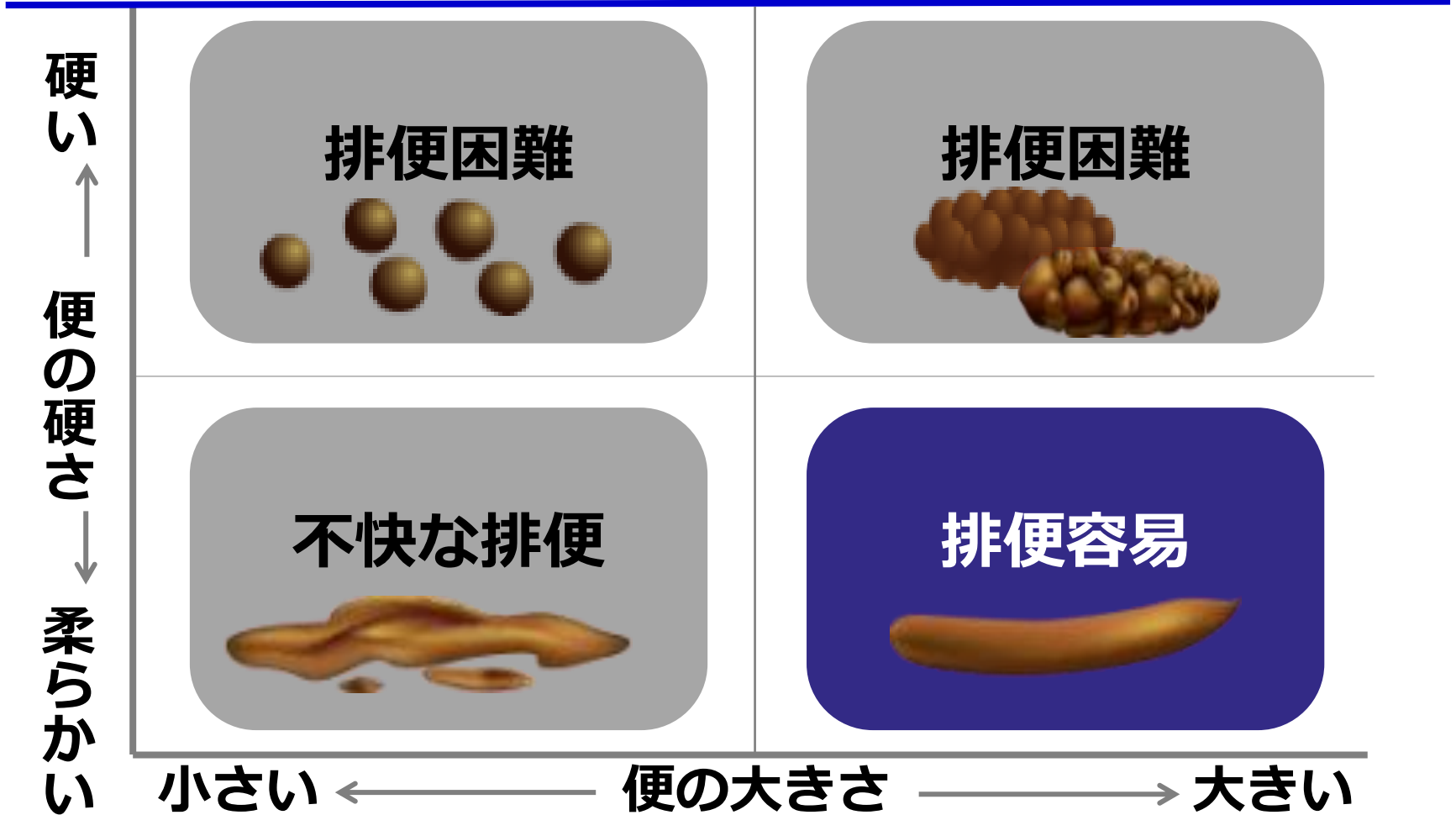
- 便秘は治そう！



治療目標

- 症状
 - 腹痛・不快感・膨満感・残便感の改善
- 便形状
 - 普通便を目指す
- 排便回数

便形状改善は重要



治療方法

- 食生活や運動などの生活習慣の改善
- 薬物療法
 - ここ数年で新しい薬が出てきて、症状の改善に大きく役立っています



検診・健診受けてますか??

- 区の検診でもいいので受けましょう



-
- 排便は、姿勢ひとつでもかわります。
 - 次のコーナーでいろいろとみていきましょう。

消化器内科の紹介

- 信頼できる外科とも密に連携し、スムーズで適切な検査・治療を科をまたいで展開
- 腹部疾患のおおかたの検査・治療が当院で完結
- 必要に応じて関連大学病院等へもスムーズに紹介



独立行政法人 地域医療機能推進機構
Japan Community Health care Organization : JCHO

東京高輪病院
Tokyo Takanawa Hospital

