

おしえて

ドクター

No.53
慢性便秘の新しい
薬物治療について

皆さんは「便秘」にどのようなイメージを抱きますか。おそらく「便が硬くて困っている」とか「もう5日間も排便がない」などを思い浮かべると思います。おおむね間違いではありませんが、医学的には「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」と定義されています。便秘の人が無理にいきむことで狭心症や心筋梗塞、脳出血や脳梗塞の発症の原因になりえるという報告もあります。また便秘が大腸がんの症状である事もあります。

便秘治療の基本は便を軟らかくして自然な排便をめざします。便の形状は「なめらかで柔らかいソーセイジ状の便」が理想です。わが国では浸透圧性下剤と刺激性下剤しか使用できない状況が長く続きました。刺激性下剤は、薬の効果が減弱したり、習慣性になったりするため定期的に服用せず必要時だけの頓用、または短期間の投与にとどめましょう。

今月のドクター

中川 直樹 医師



総合医療センター
消化器内科部長

近年、わが国でも新しい薬が認められました。小腸に作用し排便を促す「上皮機能変容薬」、胆汁酸の吸収を阻害し排便を促す「胆汁酸トランスポーター阻害剤」、浸透圧性下剤である「ポリエチレングリコール」や「ラクツロース」、医療用麻薬が原因の便秘に対する「ナルデメジントシル」などです。これらの薬はこれまでの薬剤とは効果をおよぼす仕組みが異なり、既存薬で効果が十分得られなかった人や副作用で使用できない人にも効果が期待できます。

これからは便が「出ればいい」というだけでなく、患者さんの満足度向上につながる「より快適な質の高い排便」をめざす時代になりました。便秘症状のある人や薬を服用しても改善が得られない人は、ぜひかかりつけ医で相談してみてください。

お問い合わせは
総合医療センター
☎22-11211 FAX22-9498

土日祝日(昼間・夜間)に病気になったら

救急 + 医療

夜間・休日に急病になった時は、診療可能な病院を24時間体制で案内します。
※案内を受けた後、医療機関に問い合わせからお出かけください。
パソコンによるご案内(医療ネットみえ)
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>
携帯電話によるご案内
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>
音声によるご案内(無料)
▶ 0800-100-1199
救急医療情報センター
☎059-229-1199

24時間
無料
受付

くわな健康・医療相談
ダイヤル24
☎0120-149-107

土曜夜間・休日は急診療所

電話は診療時間内をお願いします。
〔診療科目〕内科、小児科
日曜・祝日 午前9時30分～正午
午後1時～4時
土曜夜間 午後7時30分～9時30分



小児科については、担当医の専門性により対応年齢が異なります。事前に電話で確認してください。
日曜・祝日の午後5時～10時は、当番医療機関へ事前に医療機関へ電話してください。

3日(祝)	青木内科	☎22-1111
4日(祝)	桑名病院	☎22-0460
5日(祝)	青木内科	☎22-1111
6日(振休)	桑名病院	☎22-0460
10日(日)	桑名病院	☎22-0460
17日(日)	青木内科	☎22-1111
24日(日)	桑名病院	☎22-0460
31日(日)	青木内科	☎22-1111

すくすく離乳食教室

子どもの成長時期に応じた離乳食に関する講話を行います。

- とき ①<<初期・中期>>6月2日(火)
②<<後期・完了期>>6月9日(火)
いずれも午後1時30分～3時

場所 くわなメディアライヴ

料金 無料

定員 各30人 (いずれも先着順)

- 申込期間 ①5月15日(金)～29日(金)
②5月15日(金)～6月5日(金)

育児相談

5月15日(金)午前10時から予定していた、くわなメディアライヴ2階での育児相談は中止します。随時、保健師・管理栄養士によるお子さんの発達や育児、栄養相談を実施しています。電話で、子育て支援課までお問い合わせください。

- とき 月曜日～金曜日 (木・土・日祝日除く)
午前9時～午後5時

問 子育て支援課 ☎24-1380 FAX24-5497

すこやか情報局

お問い合わせ・申し込みは
保健医療課 ☎24-1182 FAX24-3032

栄養教室参加者募集

食生活改善推進員として地域で食生活改善に向けて活動していただくことをめざし、健康づくりのための栄養や食育、運動の基礎知識などを学習し、献立作成・調理も行います。

とき 6月5日、7月3日、9月4日、10月2日、11月6日、12月4日
▷いずれも金曜日 午前10時～午後3時
6月5日は午前10時～正午で調理実習はありません。

場所 くわなメディアライヴ **対象** 市内在住の人
▷過去に受講した人は受講できません。

定員 30人(先着順) ▷10人以上の申し込みで開催

料金 5,000円(調理実習費、テキスト代)

▷欠席や途中キャンセルの場合でも返金できません。

申込 直接または電話で、保健医療課へ。

申込期間 5月8日(金)～28日(木)

▷初回の持ち物は、筆記用具、参加費

おいしく食べよう会

とき ①5月28日(木) ②6月9日(火)
いずれも午前10時～午後1時

場所 ①桑名福祉センター ②長島福祉健康センター

対象 65歳以上の人

定員 ①15人 ②25人 ▷いずれも先着順

料金 500円

持物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具、マスク

申込 電話で、保健医療課へ。

期限 ①5月19日(火) ②5月29日(金)

献血のお知らせ

とき 5月13日(水) 午前9時30分～11時30分

場所 市役所

▷献血にご協力いただける人には要件があります。

夏季学童保育所を開設します

とき 7月21日(火)～8月31日(月) 午前8時～午後6時 ▷土・日曜日、祝日、8月13日(木)・14日(金)は休み

場所 ①くわなメディアライヴ ②桑名福祉センター ③大山田学童保育所

対象 市内在住の小学生 ▷保護者が就労で見守りできない家庭などのお子さん

定員 ①70人程度 ②50人程度 ③25人程度 ▷定員を超える場合は、抽選します。

料金 19,000円(2人目以降は17,000円)

▷児童扶養手当受給者は減額があります(児童扶養手当証書を提示してください)。

▷日割りの設定はありません。▷その他保険料などの費用が必要です。

▷食事、飲み物、タオルなどは持参してください。

申込 「就労証明書及び就労状況申告書」と「申込書」を市ホームページからダウンロード、または子ども未来課(〒511-8601 中央町2-37)で受け取り、直接または、郵送で同課へ。

期間 5月18日(月)～6月2日(火) 必着

学童保育所の指導員を募集しています

学童保育所とは、就労により、保護者が昼間家庭にいない小学生を対象として、放課後に適切な遊び、生活の場を提供する場所です。学童保育所では、小学生児童のお世話をしていただく指導員を募集しています。放課後の子どもたちと楽しく過ごしてみませんか。

申込 子ども未来課で登録票を受け取り、必要事項を記入して同課へ。

▷希望の地域や日数などをお聞きして、指導員を募集している学童保育所を紹介します。

▷賃金や勤務時間などの雇用条件は、学童保育所によって異なります。

問 子ども未来課 ☎24-1172 FAX24-1393