

診療のポイント

- ① それぞれの患者さんの「便秘」の認識を重点的に問診
—とくに高齢者は警告症状の有無にも注意
- ② Bristol便形状スケールを用いて認識を共有
- ③ 12 μ gカプセルの使用と丁寧な説明で治療の継続を目指す
- ④ 透析患者さんは薬剤性便秘症とポリファーマシーに注意
- ⑤ 領域にかかわらず便秘症治療は重要性が高い

溝淵 剛士 先生

医療法人社団 恵仁会
三島クリニック 副院長
(日本腎臓学会 腎臓専門医)



① それぞれの患者さんの「便秘」の認識を重点的に問診

—とくに高齢者は警告症状の有無にも注意

当院は血液透析療法を含む慢性腎臓病（CKD）患者さんの治療を中心として、幅広い診療科に対応しているクリニックです。便秘症に関しては、一般内科から透析まで、年齢層や男女を問わず様々な基礎疾患を持つ患者さんを診ています。

慢性便秘症の診療においては、まず器質性の便秘症を鑑別するために、特に高齢の患者さんでは、体重減少、最近発症した便通異常、大腸がんの家族歴といった警告症状を意識し、より慎重に問診を行います。単純X線検査に加え、腹部CT検査や便潜血検査も行います。私自身は消化器専門医ではないので、特にその点を意識して丁寧な問診を心がけています。

また、「便秘」の捉え方は患者さんによって異なることを常に意識しています。「便が硬い」「1週間も排便がない」など、その訴えは様々です。具体的にどのような症状で困っているかを初診時に詳細に確認するとともに、どのような排便を目指すのかを明確にするようにしています。

② Bristol便形状スケールを用いて認識を共有

診察時の工夫としては、Bristol便形状スケールの図を外来に常備し、医師・看護師ともに、それを患者さんに見せながら問診していることです（図）。便形状を具体的に把握でき、かつ患者さんとわれわれ医療スタッフが便形状について共通の認識に立った上で治療

図 Bristol便形状スケール

タイプ	形状
1	 硬くてコロコロの兔糞状の（排便困難な）便
2	 ソーセージ状であるが硬い便
3	 表面にひび割れのあるソーセージ状の便
4	 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とぐろを巻く便
5	 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	 境界がぼけて、ふにゃふにゃの不定形の小片便、泥状の便
7	 水様で、固形物を含まない液体状の便

にあたることができます。便形状と排便頻度は数値化して診療記録に残し、満足度や目標もあわせて記録しています。これによって、どのような排便習慣を目標とするかを患者さんと話し合えるようになり、再診時に前回との比較ができるようになりました。

③ 12 μ gカプセルの使用と丁寧な説明で治療の継続を目指す

アミティーザ[®]については、患者さんの症状に応じて投与量が調整しやすいため、2018年以降は12 μ gカプセルを朝夕2カプセルずつで処方することが多くなりました*。特に透析患者さんは透析中の便意を嫌う傾向があるので、朝夕で用量を調整できる12 μ gカプセルは比較的使いやすい印象です。

また、薬剤の投与を開始する際は、起こりうる副作用についてあらかじめお伝えすることが非常に重要と考えています。説明が不足していると、不快な症状が現れた場合にその薬剤に対する嫌悪感が強くなり、服薬の中断につながりかねません。一方、「先生から聞いていたな」というような副作用であれば、患者さんの不安は軽減され、患者さん自身が状況を理解して受け入れられるため、前向きな治療の継続につながりやすいと考えています。加えて、当たり前のことですが、用法及び用量通りの「食後内服」をきちんと説明することも、服薬の継続につながっていると考えています。

*裏面D1<用法・用量に関連する使用上の注意(1)>を参照

④ 透析患者さんは薬剤性便秘症とポリファーマシーに注意

透析患者さんにおいて、便秘症は頻繁にみられる胃腸障害です。当院では、まず生活習慣の改善と食事の指導から始めます。水分やカリウムの摂取に制限がかかるため、カリウム含有量が少ない野菜や果物を選択して、食物繊維はしっかり摂るよう推奨しています。

薬物療法に関して、特にリン吸着薬やカリウム降下薬は薬剤性便秘症を引き起こしやすいため、便秘症治療の際にはそのような薬剤の変更や減量を考慮します。また、比較的多くの薬剤を服用しているため、ポリファーマシーにも考慮しながら薬剤を調整します。血清中電解質にも注意が必要なので、月1～2回の血液検査結果からマグネシウム濃度も考慮し、酸化マグネシウム製剤や、アミティーザ[®]のような上皮機能変容薬の処方を検討しています。

⑤ 領域にかかわらず便秘症治療は重要性が高い

近年、「腸腎連関」の重要性が提唱されていることから、CKD患者さんの便秘症を改善することは非常に重要です。また、便秘で困っている方は様々な領域に存在します。消化器専門医でなくても、便秘症の治療に興味を持ち、一人でも多くの患者さんを笑顔にしたいと考えています。