

# 便秘が続くと…



口臭・体臭がみられる



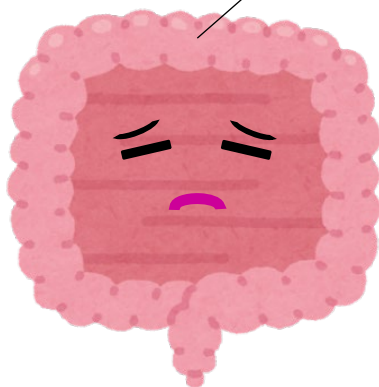
肌あれしやすくなったり  
吹き出物<sup>吹き出物</sup>がでやすくなる



お腹が張りやすくなる  
食欲<sup>食欲</sup>が落ちる



痔<sup>痔</sup>になりやすくなる  
(排便時の力<sup>力</sup>みや硬い便<sup>便</sup>が原因で)



気分が悪くなる  
(だるさ・イライラなど)



腰痛<sup>腰痛</sup>に悩まされたりする



他の病気にかかってしまう  
場合もある  
(大腸穿孔<sup>穿孔</sup>\* など)

※大腸に穴があく(破れる)こと

便秘は「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。便秘の原因はストレス、便意を我慢するなど様々。起<sup>起</sup>こる原因により便秘のタイプが異なります。また便秘薬に頼りすぎると、自然排便が困難になり、便秘が長引きます。

便秘が続く場合、自分がどのタイプなのか、便秘薬を使った方がいいのか、使うならどの便秘薬がよいかなど、分からない人は薬剤師に相談しましょう。

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

《 一出張相談会一 保健室に学校薬剤師が来ます 》  
ドラッグレター、医薬品や健康などについて、質問・相談がある人は保健室まで！  
10月26日 15時30分～16時30分

作成・発行元 北陸大学薬学部 准教授(学校薬剤師) 大柳賀津夫  
北陸大学薬学部薬学科5年生 村中佑晟・木山美佳