

# 便秘が続くと…こうなる



口臭・体臭がみられる



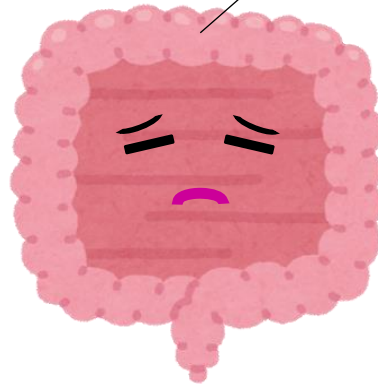
肌あれしやすくなったり  
吹き出物ができやすくなる



お腹が張りやすくなる  
食欲が落ちる



痔になりやすくなる  
(排便時の力みや硬い便が原因で)



大腸



気分が悪くなる  
(だるさ・イライラなど)



腰痛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※ 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な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。

《出張相談会— 保健室に学校薬剤師が来ます》  
ドラッグレターの内容、医薬品や健康、薬物乱用など  
について、相談・聞きたいことがある人は保健室まで！  
10月21日 12時30分～13時10分

作成・発行元 北陸大学薬学部  
准教授 大柳賀津夫(学校薬剤師)  
講師 岡本晃典(薬剤師)  
6年生 村中佑晟・木山美佳

