

便秘が続くと…



口臭・体臭がみられる



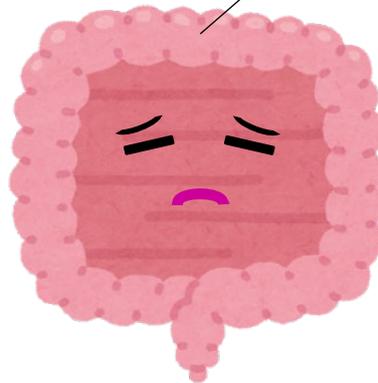
肌あれしやすくなったり
吹き出物^{吹き出物}がでやすくなる



お腹が張りやすくなる
食欲^{食欲}が落ちる



痔^痔になりやすくなる
(排便時の力みや硬い便が原因で)



気分が悪くなる
(だるさ・イライラなど)



腰痛^{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^{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^{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^起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^{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 保健室に薬剤師が来ます》
おくすりナビ、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 午後1時05分～1時25分

作成・発行元 北陸大学薬学部 准教授(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