



今回は抗がん剤の副作用の便秘について紹介します。

## ☆抗がん剤の副作用について～その9～便秘について☆

抗がん剤の副作用(消化器症状)の中で便秘は、口内炎や下痢に比べると関心が注がれないことが多いですが、意外とよくみられる症状です。また、他の副作用に注意が向き、気がつかずたり、対策や予防が遅れたりして、辛い体験となってしまうこともあります。

抗がん剤による便秘は、末梢神経障害と自律神経障害が生じ、腸管の運動や物質の運搬が妨げられて引き起こされます。抗がん剤そのものの作用以外にも、予防薬の吐き気止めや抗がん剤治療に伴う生活の変化などによっても起こります。例えば、吐き気などで食事量や水分量が減る、倦怠感(だるさ)で運動量が減ることで便秘につながります。




今まで便秘をしなかった人が便秘になったり、もともと便秘ぎみの方の便秘がひどくなったりと、便秘の程度は人によって様々です。しかし長い間便秘をそのままにしておくと、便がつまり、おなか差し込むように痛くなったり、嘔吐の原因となる可能性があります。日頃から便秘にならないような生活習慣を心がけることが大切です。

便秘の判断要素としては

- |                   |                               |
|-------------------|-------------------------------|
| 1. 便のかたさ          | 2. 排便の間隔の乱れ(いつもの排便サイクルより2日以上) |
| 3. 便が滞っているような不快症状 | 4. 排便に苦勞する                    |

などが挙げられます。これらの症状が現れた場合には、下剤を服用して、排便のコントロールを行うことが必要になることもあります。心当たりがある場合は、主治医へ相談して下さい。

### 当院で使用されることが多い下剤

薬物名	作用機序	飲み方
酸化マグネシウム (カマ・マグミット <sup>®</sup> )	 便をやわらかくして排便をしやすいします	0.5～3g/日で増減可 通常1日3回服用
センノシド (プルゼニド <sup>®</sup> アローゼン <sup>®</sup> )	 大腸の粘膜を刺激して、腸の運動を促します	1～2錠/日、通常1日1～2回、1回の場合は就寝前服用
ピコスルファート (ラキソベロン <sup>®</sup> 液・錠)	 大腸の粘膜を刺激して、腸の運動を促します。	液剤 10～15 滴/回、錠剤 2～3 錠/回 通常1日1～2回、1回の場合は就寝前服用

### 下剤の使い方

酸化マグネシウムまたはセンノシド・ピコスルファートのどちらかを、通常量服用しても便秘が改善しない場合は、飲む量や回数を増やしたり、便をやわらかくする薬剤と腸を刺激する薬剤の両方を使用したりします。効きすぎて便がやわらかくなりすぎた場合は、飲む量・回数を減らしてください。便がやわらかくなりすぎた場合でも、下剤の服用を一気に中止するのではなく、軟便～普通便がいつものサイクルで排便されるように、下剤の飲む量・回数を調節しましょう。

\* 腹部(胃・大腸・直腸・卵巣など)の手術をされた方は、術後の経過で下痢や便秘が起こることもあります。腹痛を伴う便秘や1日4回以上の下痢の場合には早めに主治医へ連絡しましょう。