

うめ新聞 43号 痔 2011.04.01 発行

# うめ新聞

## 痔



調剤業務管理室 2011.04.01 発行

ホームページアドレス <http://www.umeyaku.co.jp/>

# 痔

今年はじめの話は、ずばり「おしり」の話です。  
突然ですが！あなたは便秘症ですか？下痢症？  
それとも毎日爽快？この悩みは女性に限らず、  
男性にもありますよね。なんたって、とっても  
大事な事だから。今回は「痔」の話をしたいと思  
います。



おしりは複雑でデリケート

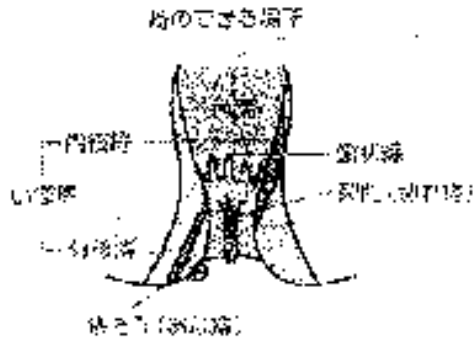
3人に1人は「痔」に悩んでいる

～だから一人で悩まないで～



意外と多いおしりの悩み。友達3人集まれば、その内一人は痔に悩んでいる（又は経験がある）と言っても過言ではありません。右を向けば、痔、左を向けば、痔・・・♪とってもポピュラーなもの。痔の主な原因は便秘や下痢などの便通異常です。正常な便通さえ保てていれば、問題にならないのですが、正常な便通を妨げる原因が社会には沢山あふれています。例えば、不規則な生活や食事、暴飲暴食、間違ったダイエット、運動不足、心身のストレスなど、おしりだけの悩みではなく、その人自身の生活スタイルそのものが反映されてしまうのがこの病気です。

それに加え、おしりの構造はとてもデリケートだからこそ、傷つきやすいのです。



## 「痔」の主なタイプは3種類

### 1. 痔核（じかく）

通称「いぼ痔」。お尻の血のめぐりが悪いため、血管の一部がこぶ状になったもの。肛門の歯状線を挟んで直腸側にできたものを「内痔核」肛門側にできたものを「外痔核」といいます。

（症状） 出血・腫脹・痛み



### 2. 裂肛

通称「きれ痔」。歯状線より下の肛門部の皮膚がかたい便などで粘膜に傷が入り、切れたり裂けたりした状態で、女性に多いタイプです。そして20～30代に多くみられるのは、肛門括約筋が強く肛門の粘膜に張りがあるためピ



ッと裂けるようです。若い証拠とも言えますね。

(症状) 排便時の痛み・出血

### 3. 痔ろう (じろう)

通称「あな痔」。肛門周囲の組織に膿がたまり、その排出経路が形成された状態です。いわば、膿が流れるトンネルです。下痢をしやすい人は要注意です。



(症状) 痛み・発熱・膿の排出

痔だと思ったら違っていた！

痔と間違えやすい病気

肛門周囲湿疹	かゆみがあります
膿皮症	肛門周囲の汗腺に炎症が起こり慢性的になります
直腸脱	肛門から直腸がとびだします
アネコングローム	肛門周囲に小さなイボがたくさんできる、性感薬病の一種です
皮膚痔	皮膚のたるみ、とくに害はないです
直腸ポリープ	直腸に出来るおでき、良性ですが放置しておくと癌化する恐れも
大腸炎 クロノ病	便通異常・出血

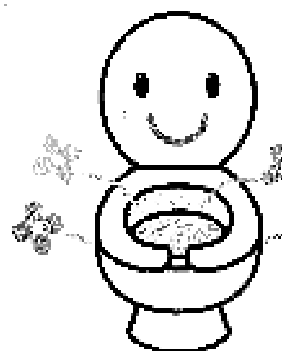
この他にも痔と間違え易い症状はありますので、素人判断をせず専門の病院に診てもらうのが一番いいかと思います。まずは肛門科がある病院に行ってみましょう。



### 痔の危険度チェック

あてはまるものにチェックしてください。

- 便秘がちである
- 下痢になりやすい体質だ
- 長時間座りっぱなしのことが多い
- 長時間立ちっぱなしのことが多い





- 新聞はトイレで読む
- 朝ご飯を抜くことが多い
- 出産経験がある
- 妊娠中である
- 大酒飲みと言われる
- 辛い料理が好きだ
- 腰周りが冷えやすい
- ダイエットをしている
- ストレスを感じる
- 最近運動不足である
- トイレで長時間いきむことが多い
- ウンチが細い
- 入浴はシャワーですませることが多い
- 野菜はあまりとらない
- トイレを我慢することが多い
- 水分をあまりとらない





あなたの痔になる危険度は？

0～3 個：ひとまず安心

4～9 個：やや高め

10～16 個：高め

17～20 個：要注意



痔の治療

生活療法

- ・ 便秘をしないように気をつける
- ・ 下痢をしないように気をつける
- ・ トイレで強くいきまないようにして、排便は3分以内に
- ・ おしりをいつも清潔に保つ
- ・ 毎日お風呂に入る
- ・ 腰を冷やさないようにする
- ・ 長時間の座りっぱなし、立ちっぱなしはやめ





る

- ・ 辛いもの、アルコールなどの刺激物は控える
- ・ 食物繊維や水分をしっかりとる
- ・ 手軽にできる運動を、毎日行う
- ・ ストレスをため込まないようにする



おしりの洗いすぎに注意！

痔を防ぐにはおしりを清潔に保つことが大切ですが、温水洗浄便座で洗いすぎるのはNG。特に、きれいにしようと思って肛門の中まで水を入れている人は、今すぐやめてください。かえって不潔になって、ただれやかゆみを起こす原因になってしまいます。また、紙で強くふきすぎるのも、肛門に負担をかけます。肛門の皮膚は、唇と同じくらいデリケート。温水洗浄便座を使うのは5秒間以内にとどめて、あとは水気をさっと拭く程度にしましょう。



## 薬物療法

座薬や軟膏などの外用薬は、出血や痛み、腫れなどの症状を抑え、また便をスムーズに出すための潤滑油の役割を果たします

**ステロイド系**：炎症や痛みを抑える、効き目の強い薬。血栓性外痔核や嵌頓痔核など、激しい痛みがあるときによく使われます

**ビスマス系**：止血作用があり、出血が多いときに用いられます。即効性がありますが、効き目が強いので症状がひどいときにだけ使います

**その他**：続けて使うときは、ステロイドやビスマスを使っていない薬を用います。作用は弱めで即効性はあまりありませんが、副作用が少ないので長期的に使うのに適しています

## [使い方]

軟膏と座薬の働きは、ほぼ同じです。肛門周辺に塗る場合や、痛みで坐剤の挿入が難しいときは、軟膏を使います。就寝前と、症状に応じて朝の排便後に使います。

## 軟膏

肛門内に使う時



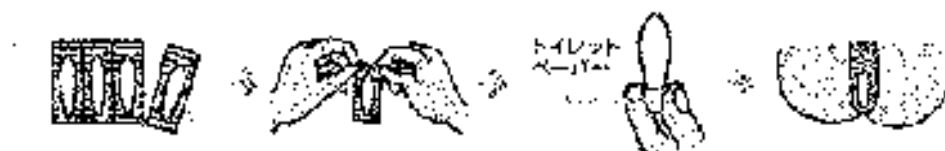
- 1) キャップをまわして外す。
- 2) 挿入管の先端のすべりをよくするため、軟膏を少し押し出す。
- 3) 挿入管をつけねまでしっかり挿入し、指で十分に押し出す。

肛門外に使う時



- 1) キャップをまわして外す。
- 2) 適当な大きさのガーゼの上に、適量を押し出す。
- 3) 患部にガーゼをかぶせるようにして、軟膏を塗る。

## 坐薬



- 1) アルミ箔の切れ目に合わせて、1回分を切り離す。
- 2) 切り込み部から静かに前後に開いて坐薬を取り出す。
- 3) 中腰になって肛門の力を抜き、先のとがったほうを肛門内に押し込む。
- 4) 奥まで入れて、しばらく手で肛門付近を押さえる

## 内服薬

便をやわらかくする軟便剤などが使われます。

薬に頼らず、生活習慣を改善して自然な排便リズムを作ることが大切です。

## 痔の薬（OTC）

「痔にはボラギノール」でおなじみのボラギノールを紹介します。

**ボラギノール A シリーズ**      （ステロイド含有）

いぼ痔・きれ痔（さけ痔）の痛み・出血・はれ・かゆみの緩和



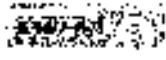



**ボラギノール M シリーズ**

いぼ痔・きれ痔（さけ痔）の痛み・かゆみの緩和

**内服ボラギノール EP**

（生薬を配合した「飲む痔のクスリ」）

痔核（いぼ痔）、きれ痔、痔出血

坐剤 止まらなくて・溶けて・はがれる トリプルタイプ	注入軟膏 内と外の両面方に使える 2.ウエイタイプ	軟膏 なめらかですべりがよく 痔部は直接塗布
<b>ホラキナーールA坐剤</b> 	<b>ホラキナーールA注入軟膏</b> 	<b>ホラキナーールA軟膏</b> 
<b>ホラキナーールM坐剤</b> 		<b>ホラキナーールM軟膏</b> 
<b>内服ホラキナーールEP</b> 		

痔疾用剤の使用期間の目安は、腫れや出血、痛みなどの症状が落ち着く10日間程度です。

目安の期間を超えても改善しない場合は肛門科を受診してください。

うめ新聞 便秘号 も参考にして下さい。

ホームページ <http://www.umeyaku.co.jp/>からもご覧になれます。





<http://www.umeyaku.co.jp>

お薬について分かりにくいことや、ご要望がございましたら、遠慮なくお尋ねください。当薬局の薬剤師がお答えします。

□電話でのご質問の際は、下記連絡先の患者様がかかられている薬局にご連絡ください。

- うめ薬局松原店      大阪府松原市南新町 3-2-29  
電話：072-349-1362    FAX：072-349-1372
- うめ薬局八尾店      大阪府八尾市南本町 4-1-34  
電話：072-925-6820    FAX：072-925-6821
- うめ薬局市立病院前店      大阪府八尾市跡部北の町 2-1-40  
電話：072-925-1131    FAX：072-925-2131
- 橋本うめ薬局      和歌山県橋本市小峰台 2-12-40  
電話：0736-34-8807    FAX：0736-34-8808
- 別所うめ薬局      大阪府松原市別所 3-17-19  
電話：072-337-8165    FAX：072-337-8166
- みやげ薬局（姉妹店）      大阪府松原市三宅西 1-360-1  
電話：072-333-3975    FAX：072-333-3903