



おくすり通信

No. 63 便秘薬

こんにちは、薬剤科です。今回は便秘薬について、種類や使用する上での注意点について解説していきます。

《便秘とは》

便秘とは、「便通異常症診療ガイドライン 2023-慢性便秘症」では「本来排泄すべき糞便が大腸内に滞ることによる兔糞状便・硬便、排便回数の減少や、糞便を快適に排泄できないことによる過度な怒責、残便感、直腸肛門の閉塞感、排便困難感を認める状態」と定義されています。

治療としては、食事や運動、水分を多めに摂るようにするなど生活習慣を改善することが第一です。それでも改善しない場合には薬剤を使用していきます。

《市販で買える便秘薬の成分》

便秘薬には、非刺激性と刺激性のものが 있습니다。まずは非刺激性の薬剤を使用し、効果が得られない場合は刺激性の薬剤を追加する流れが一般的です。

非刺激性の便秘薬（便を軟らかくする）

- 酸化マグネシウム：腸管内の浸透圧を上昇させ、腸管内に水分を引き込むことで便の水分量を増やす。
- シオクチルソジウムスルホサクシネート：界面活性作用により便に水分を浸透させる。
- 水分を便に含ませることで薬効を発現するため、水分摂取も併せて行うことが必要

刺激性の便秘薬（腸を刺激して蠕動運動を促す）

- センノシド、ピコスルファートナトリウム水和物、ピサコシルなど
- 効果発現は服用してから8時間前後

《便秘薬の注意点》

便秘薬は便の状態に合わせて飲む量や回数を調整しながら使用するようしてください。

また、センノシドは漫然と使用していると効果に耐性が生じてしまい、以前と同じ量では効果が出にくくなることがあります。センノシド含有の薬を使用する際には短期での使用を心がけてください。

酸化マグネシウムは抗生剤との併用に注意が必要です。マグネシウムイオンといくつかの抗生剤と難溶性のキレートを形成し、抗生剤の効果が減弱する恐れがあります。抗生剤との併用を希望する際には医師や薬剤師に確認するようにしてください。

他にも酸化マグネシウムの注意点として、血中のマグネシウム濃度が高くなる恐れがあります。高マグネシウム血症では、呼吸停止、意識障害、不整脈、心停止に至ることがあります。初期症状として、吐き気、嘔吐、口が渇く、血圧低下、徐脈（症状：息切れ、だるい、足のむくみ、めまい、失神など）、皮膚が赤らむ、筋力低下、ウトウトするなどがあります。マグネシウムを含む薬剤を使用中にこれらの症状が出た場合には、医師、薬剤師に相談してください。

そのほか気になる点がございましたら、お気軽にご相談ください。