

（寄稿）

NOMURA

～QOL を高めるために～ 高齢者と便秘

ある介護事業者の幹部によると、高齢者の便秘は深刻な問題という。最も大きな理由は、高齢者自身のQOLを著しく低下させることだ。

その一方、介護現場で働く職員に目を向ける幹部の立場からは、そのケアにかかる職員の負担も深刻な問題だという。便秘薬が十分な効果を発揮せず、摘便に至るケースもあり、便秘そのものは軽視されがちであるが現場に与える影響は大きい。

60歳を超えると便秘を訴える人の割合は急激に増加し、その後もその割合は増加の一途を辿っている。

便秘は、その原因によりいくつかのタイプに分かれる。そして、原因により対処法が異なり、どれに当たるかを把握することが解決の第一歩となる。タイプによっては、薬も逆効果となることもあるという。

実際、便秘の原因を突き止める検査法や薬以外の対処法もいろいろある。その中には、排便時の姿勢など、ちょっとしたことが排便を困難にする一因になっていることもあるようだ。安易に薬に頼るのではなく、便秘と向き合うことで解決する場合もあり、まだまだ、諦めずやれることも多い。

本稿は、医療・医薬領域ライターの井村氏に寄稿いただいた。井村氏は、リクルートグループの情報誌の編集を約20年担当し、その後、フリーランスとして、医療や医薬品とその病態に関する記事など、約10年にわたり多数の執筆活動を行っている。

井村氏による各専門医への取材を通じて、便秘とはどのようなものか、また、そのメカニズムや対処法などについて、取材先の医師の言葉を借りつつ判りやすく解説いただいた。

本文の中でも紹介されている「ブリストルスケール」は、高齢者や担当医、看護師とのコミュニケーションツールとして有効であり、これを活用し便秘で悩む方のQOLの向上に取り組まれてはいかがでしょうか。

（市川）

2014年6月16日

Healthcare note

（No. 14-06）

寄稿者名：
医療・医薬領域ライター
井村 幸治

編集主幹：
野村ヘルスケア・
サポート&アドバイザー
市川 剛志

野村證券株式会社
金融公共公益法人部