



出産はきっかけになりやすい

# 500万人が悩む「便漏れ」の話

誰にも聞けない!



漏れるのが不安では外出もままならない

トイレに入る前に漏れてしまう、下着が汚れていた——国内では500万人が便失禁(便漏れ)に悩んでいるという。人には言えないが治療は可能で、その選択肢も増えている。

「もともとトイレに行くまでに少々便が漏れてしまうことはありましたが、年とともに頻繁に。長時間トイレに行けないイベント時などは不安です」

そうこぼすのは、62歳の会社員。男性は、どの医療機関を受診すればいいのかわからないと言う。

実は、こうした便漏れに悩む人は珍しくない。医療機器メーカー「日本メドトロニック」が2009年に調査したところ、恥ずかしいなどの理由から、75%が一人で悩みを抱えているという。さいたま市にある指扇病院の味村俊樹・排便機能センター長に聞いた。「初めから諦めてしまったり、病院選別に悩む人は少なくありません。思いきつ

て医療機関を受診しても、医師に取り合ってもらえなかった患者さん多いです。これまで多くの医療者が治療対象と見なせず、国内のガイドラインもできていません」

自分の意思に反し、社会的、衛生的に問題となる状態で便が漏れる症状が便失禁。日本では500万人が悩んでいると推定される。そのタイプは①切迫性と②漏れ性とに大別される。

①は便意を感じても、トイレまで我慢できずに便が漏れてしまうタイプ。便意に切迫感が伴う。逆に②は切迫感がなく、自分で便意に気づかないうちに漏れてしまうタイプだ。①と②を併せ持つ③混合型もある。冒頭の男性は①に当て

はまりそうだが、味村氏によると患者の多くは②だ。そもそも、なぜ便漏れが起きるのか。①の原因として考えられるのが、外肛門括約筋の損傷や機能低下だ。

「意識的に肛門を締めるのが外肛門括約筋ですが、出産や痔瘻の手術などで括約筋が損傷していると、十分に機能しなくなります。出産や術後、何年もたつてから起きることもあります」(味村氏)

他には、直腸がんの手術などで便を正常にためておけない場合や、直腸が激しく収縮する過敏性腸症候群(IBS)も原因だ。

一方、②の主原因と考えられるのが、内肛門括約筋の機能低下だ。「直腸の筋肉の延長があり、意識せずとも肛門を締めつけてくれるのが内肛門括約筋です。加齢などで弱った結果、直腸に便がたまっていないのに、直腸内にある少量の粘液や便汁が漏れやすくなるのです」(同)

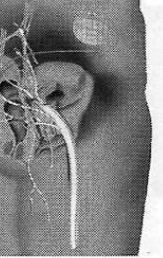
内肛門括約筋の機能低下は65歳以上に顕著という。便秘や直腸の知覚障害により、たまった便の周囲から便汁などが漏れ出す場合もあるそうだ。

また、前述した理由にあてはまらない、原因不明の特発性も存在すると味村氏は述べる。治療法は原因や適性に依りて複数あるが、4月から国内初の仙骨神経刺激療法(SNM)が始まり、選択肢が広がった。詳細については後述するが、「基本的には手術をしない保存的療法を試みるのが先決」と味村氏は言う。

保存的療法には、まず生活習慣の改善がある。「便失禁の患者さんは、おむね便が緩い。そこで、便を硬くするための食物繊維の摂取や、逆に便を緩くするビールの大量飲用などは控えるように伝えます。便意を感じにくい場合、定期的なトイレに行くことも勧めます」(同)

ただし、現実には生活習慣を変えただけで改善するケースは少なく、下痢止めやIBSの薬を処方することが多いという。

それでも改善しない場合、次のステップがある。一つは肛門周囲の筋力をアップする骨盤底筋訓練のバイオフィードバック療法だ。肛門に機器を入れ、締めたり緩めたりを繰り返すが、自分で動かせない内肛門括約筋の機能低下に起因する漏れ性には効果がなくそうだ。その他、タンポン形式のアナルプラグや、腸を洗って便を出す洗腸法も。



SNMは、日本では4月に始まったばかり。右上の円形ものが刺激装置(置体)で、日本メドトロニック提供。同社の便失禁に関する「おこころの健康」(http://oshir-kenko.jp/)は参考になる。

的療法が視野に入ってくる。たとえば出産で肛門周辺が損傷した場合などは、肛門括約筋形成術が有効。さらには足の筋肉をとって肛門周囲に巻き付ける有茎薄筋移植術も行われてきた。

## 改善率が高い仙骨神経刺激療法

そのギャップを埋めると期待されるのが、前述のSNMだ。上図の通り排便を司る仙骨神経に、ペースメーカー状の刺激装置で持続的に電気刺激を与える方法だ。幅5・1cm、重さ22gの装置をお尻の上部に手術で埋め込む。欧米では標準治療の一つとされてきた。東京山手メディカルセンター(東京都新宿区)の山名哲郎・大腸肛門病センター部長が言う。

「効果のある理由はよく分かっています。安定した改善効果が見られます。仙骨神経を介し、直腸と肛門の萎縮などが原因で効果が薄れやすいのです。また、有茎薄筋移植術は高度な技術を要し、合併症などうまくいかなければ人工肛門です。日本では、保存的療法と外科的療法のギャップが大きい状態が続いてきました」(同)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)

「試験刺激のために手術は必要ですが、合わなければ2週間後にやめればよいのです」(山名氏)