

## 便秘の定義※慢性便秘症診療ガイドライン 2017.2頁より.

- 本来体外に排出すべき糞便を充分量かつ快適に排出できない状態.

排便習慣には個人差が大きく、患者が「便秘」という言葉で意味する内容も様々であるが医学的に便秘とは、「本来体外に排出すべき糞便を充分量かつ快適に排出できない状態」と定義される。また「便秘症」とは便秘による症状が現れ、検査や治療を必要とする場合であり、その症状として排便回数減少によるもの(腹痛、腹部膨満感など)、硬便によるもの(排便困難、過度の怒責など)と便排出障害によるもの(軟便でも排便困難、過度の怒責、残便感とそのための頻回便など)がある。

「便秘」とは「症状名」でもなければ「疾患名」でもなく、「排便回数や排便量が少ないために糞便が大腸内に滞った状態」または「直腸内にある糞便を快適に排出できない状態」を表す「状態名」である。しかし、排便回数が少ないからといって必ずしも「便秘」とは限らず、排便困難感や残便感を訴えるからといって必ずしも「便秘症」とは限らない。それが、本ガイドラインの「便秘」の定義のなかで「本来体外に排出すべき糞便」と記載している理由である。

すなわち、何らかの理由で経口摂取量が不十分な場合は結腸のなかに「本来体外に排出すべき糞便」の量が少ないために排便回数も減少して当然であり、排便回数や排便量が少ないからといって必ずしも真の便秘とはいえない。また、残便感を訴える患者のなかには、強迫観念のために「本来体外に排出すべき糞便」が直腸内に存在しないにもかかわらず、残便感(偽の便意)を訴えて過度に怒責したり頻回にトイレに行ったりする排便強迫神経症も少なからず存在し、そのような患者も真の便秘症とは言えない。Rome IVでも、機能性便排出障害の診断基準として、便をうまく出せないという症状だけで診断せず、排便造影検査やバルーン排出検査などで客観的に診断することを求めている。

---

※このように、便秘症だと思っけていても実は疑心暗鬼にすぎなかったり、大腸ポリープや癌などの病気がかかっていることもあります。排便についての誤解も多くありますので、来院のうへ、ご相談ください。