



一般的には水分の多い液状便またはそれに近い状態の便を、たびたび排泄する状態を「下痢」と呼んでいます。正常な有形便の水分含有量は70%～80%です。水分量がそれ以上になると、泥状、水様になります。下痢になると脱水が起こり、体の電解質バランスが崩れます。特に幼児や高齢の人、衰弱している人では重症となるリスクが高くなり、生命を脅かすこともあります。

下痢の持続期間に応じて「急性」と「慢性」に分類されますが、今回は「急性下痢症」にスポットをあてます。原因は、生活習慣の乱れやウイルス・細菌によるものがありますが、薬が関係していることもあります。

★急性下痢症の原因

普段、下痢になったら、まず原因を考えませんか？

昨日の食事量やアルコール量…、カキや鶏肉、卵など、食べた物も思い浮かべますね。

海外から来た人は、海外での食事の状況や、流行している病気も思い出すことがあるかもしれません。

場合によっては、カメなどのペットが原因なんてこともあります。

ただし、薬による影響があることも忘れてはいけません。

・生活習慣の乱れ（例）暴飲暴食、刺激物やアルコールの摂りすぎ

治療 ⇒ 通常、無治療で1～2日後には軽快しますが、脱水がある時に水分を補給します。

集会、飲み会があるからといって、食べ過ぎや飲み過ぎに注意しましょう！

辛い食べ物が好きだからといって、香辛料の摂り過ぎも胃腸にはよくありません…

・ウイルス（例）ノロウイルス、ロタウイルス

治療 ⇒ これらウイルスに特効薬はありません。脱水にならないように、水分の補給が大切です。

排泄させることが治療につながるため、下痢止めを使うと症状を遷延させることがあります。

またウイルスが糞便、吐物に含まれるため、処理時には石鹸と流水による手洗いを行いましょう！

・細菌（例）カンピロバクター、サルモネラ

治療 ⇒ 細菌が原因であれば、抗菌薬を使用して治療します。

併せて、脱水の症状があれば水分を経口や点滴で補給します。



＜薬（例）下剤の飲み過ぎ、抗菌薬＞

今回は、薬の伝言板ということで、特に薬による下痢についてのポイントをまとめてみました。
薬による影響としては、こんなものがあります。

1. 下剤を飲んでいませんか？

日常的に便秘が続いていたために、下剤を毎日飲んでいて、なんてことはありませんか？
これらは通常、下剤を減らしたり止めたりすることで、下痢が治まることがほとんどです。
医師による連日の服用指示がない限りは、下剤を調節してみましょう。

薬剤名：酸化マグネシウム、センノシド 等

2. 今、服用している薬が原因かもしれません…

薬の副作用、ということも考えられます。最近飲み始めた薬はありませんか？
また、これまで定期的に飲んでいても、体に脱水などの負担がかかった状態で飲んでいると、副作用が出てくることもあります。抗がん剤などの副作用、という可能性もあります。

薬剤名：セフカペンピボキシル、メチルジゴキシン、エスワンタイホウ、 等

3. 抗菌薬の場合、こんなこともあります

最近まで、肺炎など感染症の治療で抗菌薬を点滴したり、抗菌薬を飲んでいたりしませんでしたか？
抗菌薬の場合は、今現在使用していなくても、2週間前の使用歴まで遡ってみて、医師へ伝えてみましょう。

抗菌薬を使うことで正常な細菌がやっつけられ、毒素を生み出す細菌が生き残ることがあるため、過去まで遡る必要があります。毒素を生み出す細菌による下痢の場合、感染力も強いいため、人にうつるケースもあり、感染対策においても注意が必要になります。

以上のように、一口に下痢といっても原因と治療法は異なってきます。

下痢が続いて吐き気もあるな…、これまでの下痢と違うな…、と感じたら、診察時に医師へ思い当たる点を伝えてみましょう。

そんな時、過去の薬の服用歴を含めて伝えると、検査方法や治療法が異なってくることがあります。
あなたの症状を適切に診断し、治療を行うためにも、診察時のその一言が、とても重要になるのです。