

第116号

まちのくすりやさん

今回のおはなし

「 肛門の痛み・出血 」

「 頭すっきりストレス解消 」



# 肛門の痛み・出血

肛門に痛みや出血、かゆみがあっても、恥ずかしさから病院へ行くのをためらう人も多いです。重い病気が隠れている可能性もあり、軽視は禁物！症状が続くようなら早めの受診をするようにして下さい。

肛門の病気で多くの方が悩むのが「いぼ痔（痔核）」です。痔核は、血管が膨れることで起き、「外痔核」は、肛門の外側に、「内痔核」は、肛門の内側にできます。外痔核は、排便時の息みすぎや飲酒などが原因で急に腫れることが多いです。軟膏などで腫れや痛みを和らげます。内痔核は、息みすぎなどを繰り返して、何年もかけて大きくなり、肛門の外に出てくることがあります。痛みがないのに、便器が赤くなるほど排便時に出血する場合があります。小さな腫れの治療では、肛門に差し込んで使う注入軟膏を処方される先生が多いです。

痔核は命にかかわるものではなく、過度な心配はいらないですが、悪化すると大きな切除が必要な場合もあるため、我慢のしすぎはよくありません。

痔核は、長時間座ったままにいるなど、肛門に負担をかけ続けているとできやすく、悪化もしやすいです。便秘に注意し、トイレに長い時間入っているのも避けた方がいいです。

## 【肛門に出る主な症状】

- ①排便の瞬間や、排便後の数分から数時間痛む
- ②排便後、肛門を拭いたトイレットペーパーに時々血がつく
- ③排便時に便器が真っ赤になるほどの血が出たが、痛みはない
- ④肛門にいぼ状のかたまりが突然でき、常に痛みを感じる
- ⑤肛門の周囲にかゆみやざらつきを感じる
- ⑥排便と関係なく、肛門の周囲がひりひりしてきて、シャワーがしみる。

①②は切れ痔の可能性が高いです。②③は痛みがなければ、肛門の内側にできるいぼ痔「内痔核」の出血のことが多いです。たぶん、出血を繰り返す場合などは、腸炎やがんなどの可能性もあるので、医療機関の受診を勧めます。④は肛門の外側にできるいぼ痔「外痔核」や、内痔核が大きくなって外にでてきたことなどが考えられます。⑤は肛門の湿疹や尖圭コンジローマなどの皮膚病が考えられます。⑥はヘルペスの可能性があり、その場合は、抗ウイルス剤で治療します。

出血を訴えて受診した患者さんのうち、内視鏡検査で大腸がんが見つかったケースが数%あるといわれています。出血で痔の症状だと思い込むのは危険です。早めに受診するようにして下さい。

## 「頭すっきりストレス解消」科学的根拠なし

愛煙家は、「たばこはストレス解消になる。頭がすっきりする」とよく口にしますが、科学的に根拠があるのでしょうか？単なる思い込みです。

喫煙者のイライラは、たばこに含まれるニコチン依存の禁断症状です。吸えばニコチンが体内に入り、症状が緩和されます。それをストレスと呼んでいるだけです。

では、低ニコチンや低タールの「軽いタバコ」にすれば、がんのリスクは下がるのでしょうか？

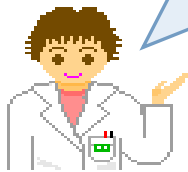
JTは、「喫煙はがんの要因の一つですが、健康にどの程度の影響を与えるか明確ではなく、軽いたばこがリスク低減につながるかは科学的に言える段階ではないという説明をしています。

きついたばこから軽いたばこに替えても、血中のニコチン濃度は変わらなかったという報告もあります。フィルターのをふさいで吸うので、きついたばこより体への害が大きいとも言われています。

がん以外にも、たばこはさまざまな病気の引き金になります。肺や気管支の炎症、呼吸困難が進む慢性閉そく性肺疾患（COPD）の原因となり、肺炎を起こしやすくなります。COPDは、がん治療の妨げになることもあります。

### かかりつけ薬剤師を持ちましょう<メリット>

- ①複数の診療科を受診した場合でも多剤・重複投薬を避けられる
- ②相互作用などを未然に防げる
- ③薬物治療を受けている間、薬の効果や副作用について継続的に確認してもらえる



(一社) 浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月~金: 10~15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス [toiawase@urayaku.jp](mailto:toiawase@urayaku.jp)

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>