



健やか豆知識

第17回

Q. 子どもの便秘は 何歳頃から起こる?

- Ⅰ 生後6ヵ月～ Ⅱ 1～2歳 Ⅲ 3歳～



毎日ウンチが出ていても、便秘の場合があります。

「便秘ぐらいで受診していいの?」とためらわずに、小児科を受診してください。

離乳食が本格的にはじまる6ヵ月を過ぎると、便秘になりやすくなります。さらに年齢が進むとウンチをがまんできるようになります。がまんをすると便秘体質になってしまい、直腸に便が溜まっても感じなくなってしまいます。大腸は便の水分を吸収するので、長く便が残っていると硬くなり出しづらくなります。このような悪循環により便秘体質となるわけです。

排便の回数は個人差があるものの毎日便が出るのが理想的です。一方、毎日出ていても肛門が切れて血が出る、出すときに痛がる、少量の小さいコロコロ便が出る時にも便秘のことがあります。硬い便と下痢を繰り返す時も便秘のことが多いです。

子どもは自ら便秘を訴えることはないので、便を観察しましょう。体重の増えが悪いときも便秘が原因のことが多いです。このような場合、便が出たときはよく食べ、出ない日は食欲がないといった独特の症状を認めます。

便秘の診断は難しいです。それは医師により便秘の捉え方が異なるからだと思います。フィラデルフィア小児病院のマニュアルには、「レントゲン検査が診断に役立つ」と書かれています。治療は浣腸や座薬で直腸内からウンチを出しきる(クリーンアウトといいます)、そして便秘薬の内服を継続します。治療には数ヵ月から数年かかるとされます。「薬はクセになるのではないか」とよく聞かれますがそうではなく、薬をやめると便が出なくなるのは便秘体質がよくなってないからです。あせらず、ゆっくり治しましょう。

小学生になったら、朝ご飯を食べ、ウンチをして、歯を磨いて学校に行けるリズムができると理想的ですね。

監修 松井 潔

神奈川県立子ども医療センター
総合診療科 部長

< ① 掘玉 >

さらに詳しい情報は
ホームページで!



高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください