

「令和3年10月FAX通信」の続きです。

便秘は大きく分けて「器質性便秘」と「機能性便秘」に分類されます。

治療法が異なるため、はじめに確認します。

前者は腫瘍や炎症といった腸管の病変による腸の閉塞・屈曲などによる通過障害を原因とする便秘です。物理的な障害ですので、外科的切除などの治療が必要です。後者は腸の働きの低下による便の停滞が原因で、食事や生活習慣の改善、薬物治療を行います。機能性便秘は腸の蠕動運動が弱い「弛緩性」、蠕動運動の乱れによる「けいれん性」、便意がうまく伝わらない「直腸性」にタイプが分かります。

排便には多様な要因が複雑に関与し影響しています。

年齢・性別・性格、食事内容・摂取量、水分摂取量、運動量、生活リズム、ストレス、生活環境、疾患・薬物などです。コロナ禍は便秘を発症し助長する条件がそろっているとと言えます。特に、ご高齢の方はフレイル（身体的機能や認知機能の低下）予防の観点からも、太陽光を浴び掃除や洗濯など日常生活で身体を動かすことが大切です。

最後に、家庭でできる便秘解消法をご紹介します。試行錯誤し自分に合った方法をいくつか見つけていくことが望ましいです。

ご相談の時間を取り症状等をお客様から聞き、お客様へアドバイスと「大草丸」「ベルビオ」「ビフィズスa」をお薦め下さい。

便秘解消法の一例

積極的な水分摂取
適度な運動
腹部のマッサージ
食物繊維を含む食品の摂取
乳酸菌・ビフィズス菌を含む食品の摂取
便秘薬の「センナ」や「アロエ」などの服用
市販のサプリメントや下剤の服用

（「徳州新聞No.1274」2021年2月15日 参照）

追加包装「紫雲膏」チューブ15g

紫雲膏にチューブ入り追加包装
税込1,595円（税抜1,450円）

豚脂
抜き



「ビワのど飴」 リニューアル

枇杷蜜を国産に変更
キキョウをプラス!!

5kg / 15粒×60袋



このFAX通信は、研修用資料のため、店頭ではご利用になれません。