

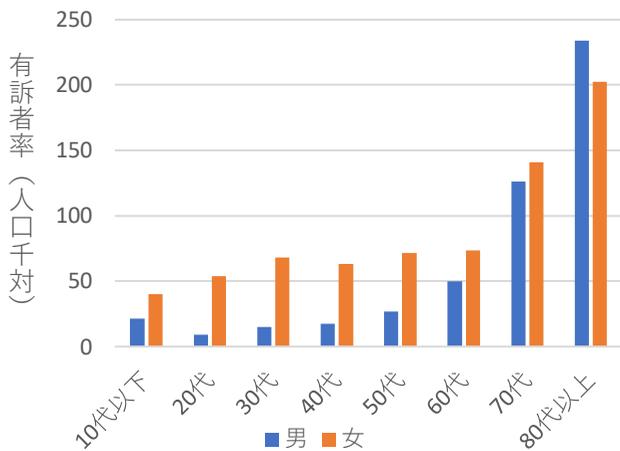
増加する高齢者の便秘の悩み

「2022年国民生活基礎調査」によると、便秘を訴える人の割合は、男性で2.8%、女性で4.4%。

男女とも加齢によって便秘の方の割合は増え、特に70歳以上で顕著に。

原因については、加齢だけが理由で便秘になることはまれで、運動量の低下や水分の摂取不足、他の疾患や薬の副作用によるものなど、複数の要因が絡み合っていることがほとんどです。

便秘を引き起こしやすい疾患として、糖尿病や甲状腺機能低下症、腎機能障害、パーキンソン病、脳梗塞、不安障害、うつ病などが挙げられます。



便秘症状を訴える方の割合 (人口1000人あたり)
(2022国民生活基礎調査参照)

男性、女性差が現れるのは10代から。思春期・初潮を迎えると、卵巣から分泌される二つの女性ホルモン、卵胞ホルモン（エストロゲン）と黄体ホルモン（プロゲステロン）が、便秘にも関係してきます。

エストロゲンには、排便をよくする働きがあるのですが、プロゲステロンは、流産しないように子宮を守るため、腸の動きを鈍らせるよう作用します。このためプロゲステロンの分泌の増える排卵日から生理前にかけて、便秘になりやすくなります。

また更年期になると、女性ホルモンの分泌が急減し、自律神経の乱れが生じやすくなります。夜になってもイライラ、ドキドキしてよく眠れなくなると、副交感神経が働かず、便を押し出す腸の動きも鈍くなります。エストロゲンの減少も、便秘になりやすい方向に作用します。

一方、男性は50代から便秘を訴えるひとが多くなり、年を重ねるごとにその割合が増えていきます。急増するのは、筋力の衰えがはげしくなる70代をこえると、便秘を訴える人の割合が、女性とほぼ並びます。上記内容を踏まえて、お客様へ大草丸等のご紹介、リーフレットや試供品配布を行って下さい。

国民健康調査より参照



第3類医薬品

大草整腸薬 ベルビオ



第2類医薬品

和漢薬通じ薬 大草丸



機能性表示食品 大草ビフィズスα