

1日70錠の下剤を連用していた35歳の女性

高校時代から便秘がちだったC子さん（35歳）。大学卒業後、会社に入ってから腹膨満感や便が硬くて排便が難しいなど、症状が悪化してきたため、市販のアントラキノン系下剤を週に1〜2回程度服用するようになりました。しかし、仕事がデスクワークでほとんど歩くことがなく、ダイエットのため朝食を取らないことが多い生活で便秘はさらに悪化。下剤を毎日欠かさず飲むようになってしまったのです。

やがて、「排便がないと不安」「ダイエットも成功させたい」という気持ちから、常用量で済んでいた下剤の量が次第にふえ、1日に服用する下剤の量が50錠（常用量は2〜3錠）、当院に来る時点では70錠前後にまでなってしまうのです。

このような量を服用することができたのは、薬局で1回に500錠単位の購入が可能であったからといます。1カ月に4〜5店を回れば、必要量の下剤を手に入れることができてしまっていたのです。

Cさんは初診時、身長165cmで体重45kgとやせ型でした。聞けば、朝食

1日70錠の下剤を連用していた35歳の女性

抜きで炭水化物を制限するダイエットを行っているといえます。大腸内視鏡検査ではがんなどの病気は見つかりませんでした。下剤の副作用と思われる「大腸メラノシス」がありました。

C子さんには、重症の下剤依存症であることを説明しました。摂食障害とはいかなるまでも、食べることに抵抗感を感じているところがあったので、まずは朝食として、毎日プレーンヨーグルトにオリゴ糖や輪切りのバナナを2分の1本程度入れて食べることをアドバイスしました。このように半固形から流動に近い食べ物だと、抵抗感を持たずに食べられるケースが多いからです。

同時に酸化マグネシウム製剤を1日2g、新レシカルボン坐剤[®]を1日2回（朝と就寝前）に使用してもらいました。なお、入浴後にはファイブミニ[®]1本、夜にはラクソベロン錠と従来服用していた下剤を飲んでもらうことにしました。

従来の下剤はいつも通りの70錠。まずはあえてへらさないことで不安感をなくしてもらおうようにしました。

やがて、治療の効果でおなかの張りや排便の困難感がへってきたので、まずは従来の下剤を3錠減量してみたところ、比較的スムーズに排便できました。70錠から見ればわずか3錠ですが、「以前はそれでもとても排便できなかった」とC子さんはいいます。しかし、「減量すると排便できなくなるのでは」とあいかかわらず不安のほうが強くと、それから下剤の量はまた元に戻ってしまいました。

が、その後、高圧浣腸などを併用し、腹部の張りが消失したことをきっかけに、再び下剤の減量に前向きになってくれました。

結果、1カ月に4〜5錠前後の割合で下剤の減量ができるようになりました。同時に食事療法にも力を入れてもらい、朝食だけでなく、夕食（野菜入りのスープなど）でも積極的に食物繊維を取るよう指導したところ、便通がよくなり、この半年で順調に下剤の減量ができてきています。今後は、アントラキノン系下剤の服用がとぎとぎですむことを目標に治療をしていく予定です。