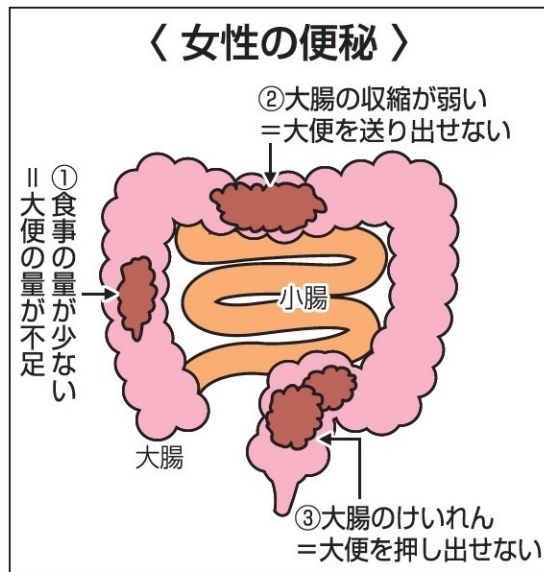




厚生労働省は3年に1度、国民生活基礎調査を実施しています。調査項目の一つに患者調査があり、疾病分類の患者数や受診状況などの結果を提供しています。それによると、女性は男性の3〜6倍のおなかのトラブルを抱えており、女性の便秘の訴えは男性の2倍です。しかも男性の便秘は60歳以降に急増しますが、女性では思春期以降から多いのが特徴です。便秘は生命の危機には直結しないのですが、日常生活の質を低下させます。今回は女性の便秘を考えてみましょう。

女性の便秘



産婦人科医

今井篤志氏

テロンが分泌され、月経が毎月来るようになりま

同時に、腸管の収縮を抑え

また、女性はダイエット志向が強く、食事を抜くこ

男性の生殖器は体外にあり

黄体ホルモン、腸管に作用

「食べない」ダイエット避ける

ですが、長期間大便が滞ると腸内細菌の悪玉菌が増殖し、硫化水素やアンモニアなどの有害物質が産生され