

# もう悩まない 女性の健康 クリニック

## 痔

痔(じ)は、つらくても気軽に人に言えない厄介な悩み。といって、我慢してはいつまでたってもよくなる。この苦しみにおさらばするには、どうしたら？



大阪肛門科診療所 副院長  
佐々木みのり先生

1967年生まれ。大阪医科大学卒業後、皮膚科医としての病院勤務を経て肛門科医へ転身。98年から現職。日本大腸肛門病学会認定の大腸肛門病専門医。  
大阪市中央区約謙町2-1-15  
Tel.06-6941-0919  
<http://www.osakakoumon.com/>

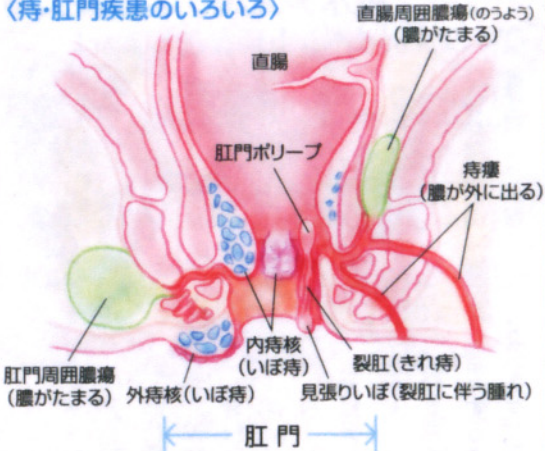
自覚症状があるなら  
まず医師の診断を

そもそも「痔」とは、どんな病気なのか？ 大阪肛門科診療所で女性専用外来を担当する佐々木みのり先生は語る。

「ひとくちに『痔』といっても、医学的に見ると原因や症状はさまざま。実際に診察して肛門の奥まで見ないと適切な治療法はわかりません。重病がひそんでいる可能性もあり、自分一人で解決しようとするのは危険です」

痔に代表される肛門の異常は、**痛み・出血・いぼ**などの発

### 〈痔・肛門疾患のいろいろ〉



**生・かゆみ・腫**が出るなどの自覚症状を伴う。気になり出した時は、恥ずかしがらず医師に相談し、患部の状態を把握することが先決だ。

「多種多様なケースを経験している肛門科の専門医や、場合によっては複数の医師をたずねセカンドオピニオンを求められるのもいいでしょう」

### 多くを占める 五つの症状

種々の症状のなかでも、多くを占めるのは次の五つ。

- **痔核(いぼ痔)**… 静脈が膨らんでこぶ状になる。悪化すれば排便時肛門の外に飛び出す「脱肛」が。
- **裂肛(きれ痔)**… 肛門が切れたり裂けたりする症状。慢性化すると、見張りいぼやポリープをもたらし。
- **痔瘻**… 肛門と直腸の境目の奥に菌が入

り込み、膿が出るようになる。治療には手術が必要。

● **血栓性外痔核**… 静脈に血栓ができて周囲が一時的に腫れる。たいてい自然に治るので、押したり冷やしたりしないこと。

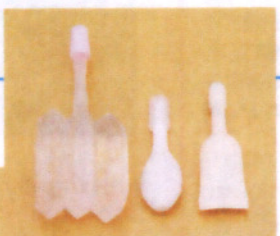
● **肛門痒症**… 最近訴えが多くなった、肛門のかゆみ。原因は肛門の中や直腸に残っている便など。うかつに掻くのは悪化のもと。

### 解決のカギは 生活習慣の改善

痔の患いには、長期間治療しても完治せず悩みを抱え続ける例がよく見られる。

「薬や手術で当面の苦痛を除いても、しばらくたつと再発してしまうケースも多いんですよ。痔は、自覚症状以前に、長年の生活習慣が育てるもの。完治させるには、同じく時間をかけて生活習慣を改善していく必要があります」

生活習慣改善のポイントとして佐々木先生は肛門科医が注目するのが、肛門の近くに便が残っているのに自覚を伴わない「直腸性便秘」だ。



肛門科医が用いる道具。上は洗腸と軟膏(なんこう)、左は肛門の奥のぞく肛門鏡



- おしりを大切にするコツは、**トイレを我慢しない**
  - **長時間同じ座った姿勢をとらない**
  - **入浴時や温水洗浄便座による洗い過ぎは、皮膚上の脂分を取ってしまい肌荒れの原因になるので注意**
  - **シャワーよりは風呂**
  - **水分や食物繊維を取る**
- 生活の質に直結するおしりの健康を保つため、症状がなくても気を付けたいものだ。