



慢性便秘症について



第一医療部副部長兼
消化器内科部長兼
消化器内視鏡室室長

にしのみ
西野 眞史

便秘症は日常的によくみられる症状の一つで、疾患というより体質的な問題と考えられることも多く、その診療は軽視される傾向にあります。しかし、慢性便秘症は生活の質を大きく障害していることから、その診療の重要性が認識され、ガイドラインが示されるようになりました。最新の「便通異常症診療ガイドライン2023 慢性便秘症」では、フローチャートを使用して診断から治療までが系統立てて診療が進められるように整備されています。

便秘症には、さまざまな治療薬により引き起こされる薬剤性便秘や、大腸がんや糖尿病などの疾患により引き起こされる二次性便秘などもあります。また、排便習慣の急激な変化、便に血液が混ざる、6カ月以内の予期せぬ3kg以上の体重減少、発熱、関節痛、異常な身体所見（腹部にしこりが触れる、直腸指診でしこりが触れたり血液が付着するなど）といった症状は、慢性便秘症の警告

症状・兆候とされ、大腸がんなどの病変の存在が疑われるため大腸内視鏡検査が推奨されます。治療については、規則正しい食生活や食物繊維の摂取、水分摂取、運動などの効能が示されていますが、限定的であり、食事・生活習慣を整えても改善されない場合は薬物治療の適応となります。また、2012年頃から新たな作用機序の便秘治療薬が使用できるようになり、治療の幅も増えて良好な便通コントロールが得やすくなっています。

便秘で困っている方は、体質だから仕方ないと片付けずに、お近くの内科または消化器内科へぜひご相談してみてください。



大学のある街



静岡産業大学 経営学部長

さののりひで
佐野 典秀

静岡産業大学経営学部が磐田市大原に開学して、今年で30周年を迎えます。この間、地元の皆さまに多大なるご支援をいただき今日に至ります。さて現在、日本には793校の大学があります（2023年度）。一方、日本の市町村の数は1718市町村です。単純な計算でいうと、おおよそ2市町村あたり1大学になります。（もちろん、本学もそうですが、1大学が複数のキャンパスを複数の市町村で展開している例もありますので、数値はさらに小さくなります。）しかし、人口と同様に、大学も首都圏、関西圏、中京圏に集中しています（東京都144校、大阪府58校、愛知県52校。少ない県は、佐賀県2校、島根県2校など）。そのため、実は大学のある街というのは、非常に数が少ないのです。静岡県内でみると、市町の数は35（23市12町）で大学の数は16校です。大学がある街は、浜松市、静岡市、磐田市、藤枝市、焼津市、沼津市、三島市、

袋井市の8市です。人口でいうと磐田市は県内で5番目ですから、大学があるのは当たり前と捉えられがちですが、人口でいうと県内3番目の富士市に大学はありません。磐田市には、静岡産業大学と静岡県立農林環境専門職大学の2校があります。静岡市、浜松市以外で市内に2校以上大学があるのは磐田市と三島市だけです。大学のある街は、若者が集う街です。また、本学にはさまざまな専門を有した教員がいます。ゼミ活動や協同研究など、いろいろな場面で地元の公共団体・企業との連携を行なっています。昨年も「シン・スपोर्टスフェスティバル」「ダンスの夕べ」「学園祭」などのさまざまなイベントを通して皆さまとの交流活動を実施しています。

30年を振り返りながら、今後も大学のある街として若者がただ通過するだけの街ではなく、交流する街として本学はますます貢献していきたいと思っています。