

## 下痢になった時の自己診断チェック（正しい診断は薬剤師か医師にご相談ください）

- ✗ 経験のしたことのないような激しい痛みを伴う下痢。
- ✗ 便に血・膿みが混じっている。
- ✗ 排便後にも腹痛が続く。
- ✗ 下痢以外に、吐き気や嘔吐、発熱もある。
- ✗ 同じ物を食べた人も同時期に下痢になった。
- ✗ 日に日に症状が悪化。または回復の兆しがない。
- ✗ 色が白、赤、緑、黒など普段と違う。
- ✗ 便が腐ったような、すえた臭いがする。
- ✗ 脱水症状（尿が少ない・出ない、口が以上に渴くなど）がある。



**一つでも当てはまる場合、早期治療が必要です。  
お近くの医療機関での検査をおすすめします。**

※小さなお子様、ご年配の方、持病（心臓病・糖尿病・肝臓病など）がある方は、上記に該当しない場合も、早めの受診をしてください。

## 6種類に分かれる下痢（原因により複数のタイプの下痢になることもあります）

腸において、水分の吸収が妨げられることでおきる。  
糖分の消化吸収が良くない時、牛乳を飲むとお腹を壊す乳糖不耐症、キシリトールガムなどが原因。

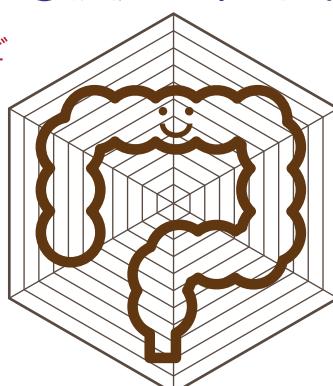
### ①浸透圧性下痢

食あたり、食物アレルギー、薬副作用などが原因で腸液の分泌量が多い時におきる。

### ②分泌性下痢

アルコール多飲による慢性膵炎や、脂肪吸收阻害薬からの脂肪吸收不良による

### ④脂肪性下痢



暴飲暴食・冷え・不消化物摂取などによる急性的な下痢。

### ③単純性下痢

腸の蠕動運動が活発すぎると、食べたものが短時間で腸を通過し吸収が不十分になることで起きる。過敏性腸症候群、腸切除手術後など。

### ⑤腸運動亢進型下痢

### ⑥腸運動低下型下痢

糖尿病や甲状腺機能低下などにより腸管運動が低下し、腸内細菌が増加したり、脂肪吸収が遅れたり、腸液分泌が増加することで起きる。

#### ★ご注意

細菌やウイルスが原因の場合、体内にいる細菌やウイルスを素早く外に出すことが早い回復につながります。

ここで下痢止めを飲んでしまうと、細菌やウイルスを体外に排出する妨げになってしまいます。

下痢止めは、飲み過ぎ・食べ過ぎ、冷えなどが原因の場合や、ひどい下痢を一時的に止めたい時などに、薬剤師や医師の処方のもと、服用することをおすすめします。必ず用法・用量を守り、症状が落ち着いたら服用をやめましょう。自己判断で薬を飲むのは危険です。

# 下痢の治療法と治療薬（治療薬の組み合わせは症状により変わります）

## ①浸透圧性下痢 F ( 症状により + H )

消化不良の原因の食べものを摂らないことで自然回復する。  
早期治療には【下痢止薬】の服用が良い。  
キシリトールガムの大量摂取は下痢を起こしやすいので注意。  
牛乳で下痢する人は【乳糖分解酵素剤】が有効。

## ②分泌性下痢 A + B ( C OR D + G )

細菌が原因の場合は、ニューキノロン系の【抗生素】が有効。  
腸の動きを止める塩酸ロペラミド下痢止めは絶対に飲まないこと。  
原因物質を吸着除去する、カーボンやスマектなど  
合わせて服用で早期回復が期待できる。腸内環境が悪くなる為、【乳酸菌製剤】を回復時に服用がおすすめ。  
水分が多く失われる所以、経口補水剤で水分補給は必須。  
ウィルス性下痢には抗生素は効果なし。

## ③単純性下痢 F ( 症状により + H )

暴飲暴食や冷えの改善をすることで自然回復する。  
【下痢止剤】の服用で治療。胃の膨満感や消化不良が残っている場合は【消化酵素剤】の服用も可能。

## ④脂肪性下痢 F ( 症状により + H )

アルコールや脂肪分摂取を控えることで自然回復する。  
【下痢止薬】の服用で治療。

## ⑤腸運動亢進型下痢 E ( + G )

ストレスが原因の場合、ストレスを溜めないのが一番の治療法。過敏性腸症候群は【乳酸菌製剤】【下痢止薬】で症状を軽減させる。腸の動きを抑えるイモディアムは乱用せず緊急用に使用がベスト。

## ⑥腸運動低下型下痢 F

糖尿病や甲状腺機能低下などが原因の場合は、その病気を治療し改善させることで軽減される。  
【下痢止薬】で症状緩和。

上記は一般的な処方例ですが、医師や薬剤師によって処方内容が異なります。自己判断で薬を選ばず、まずは医師や薬剤師にご相談ください。ブレス薬局では日本で飲まれてる薬がありましたら、それをお持ちいただくことで、同じか近い成分のお薬を処方をお調べして処方可能です。

## 下痢改善の代表的な治療薬（日本）

### 【漢方下痢止薬】正露丸



主成分の木クレオソートの止瀉効果は、殺菌作用以外に、過剰な腸の運動を正常に戻し、腸内の水分バランスを調整します。軽い食あたり、水あたり、消化不良、ストレス、風邪などの原因で起こる軟便、下痢に効き目を発揮します。  
タイにも同じ正露丸がありますが、タイの下痢はきついためか、あまり効果が感じられないことも。

### 【下痢止薬】ストッパ下痢止め



ロートエキスが腸の異常収縮を抑え、腸内での便の移行スピードを抑えます。  
タンニン酸ベルベリンが腸粘膜の炎症を抑えるとともに下痢の原因菌を殺菌します。  
腹痛を伴う下痢、下痢、消化不良による下痢、食あたり、水あたり、はき下し、くだり腹、軟便などに。

## 下痢改善の代表的な治療薬（タイ）

### 【抗生素】ノフロキサシン



### 【経口補水剤】電解質粉末



抗生素で細菌を殺し、経口補水剤で失った水分を補給します。  
この二つの組み合わせで分泌性下痢は大きな効果が期待。  
タイの抗生素はシプロフロキサシンやノフロキサシンも有名。

### 【吸着除去剤】カーボン(炭)



### 【吸着除去剤】スマектa



これらの薬は腸の悪い成分を吸着して排出を促します。良い成分も排出してしまうので、他の薬とは時間を空けて飲みます。  
さらにスマектaは腸壁も保護してくれてバニラ風味でお子様も飲みやすい。

### 【急性下痢止薬】イモディアム



### 【急性下痢止薬】ラセカドトリル



腸の動きを止めて下痢を止めるイモディアムは移動中などトレイに行けない時に効果を発揮します。細菌・ウィルス性の分泌性の下痢では絶対に使用しないように。

### 【乳酸菌製剤】TS6



### 【整腸薬】ヤー・ター・ナムカオ



腸内環境を善玉菌寄りにする乳酸菌製剤は下痢の改善以外に毎日の服用で免疫力向上にもなります。

### 【整腸剤】新ビオフェルミンS

3種の乳酸菌を配合。加齢や食生活、ストレスなどで流れやすい腸内環境の改善に役立ちます。  
乱れた便通が整い、軟便や便秘が改善されます。

### 【整腸下痢止剤】ビオフェルミン止瀉薬

生薬・乳酸菌配合。生薬と乳酸菌がおだやかにはたらくビオフェルミン止瀉薬は、日常よく起こる下痢の治療に適しています。

### 【急性下痢止剤】ロペラマックサット

塩酸ロペラミドが腸に直接作用して、高まった腸のぜん動運動を抑え、下痢を改善します。  
タイのイモディアムと同じ成分です。