

# 便秘における服用アセスメントから考える あっかんべえ運動®の有用性

○杉本 和佳子<sup>1)</sup>、木内 諒<sup>1)</sup>、菊池 郁哉<sup>1)</sup>、田村 和久<sup>1)</sup>、亀卦川 真美<sup>2)</sup>  
原 和夫<sup>1)</sup>、臼井 順信<sup>1)</sup>、石毛 敦<sup>2)</sup>

1)株式会社わかば 2)横浜薬科大学



## 【目的】

2017年に慢性便秘ガイドラインが新たに作成され、単に排便が少ない状態だけでなく、いきみや残便感、肛門の閉塞感も便秘の状態の1つと定義され、より患者の満足感を重視した便秘治療が必要とされてきた。これらの要件を満たすためには、体力・体質・症候等の情報を病態とする「証」に基づいた漢方治療の重要性が高まるものと考えられる。弊社では、漢方的指標の1つである舌の状態をアセスメントすることで、患者の寒熱等の体調変化に気が付くことのできる、あっかんべえ運動®を推進している。本研究では、便秘治療中の患者への服薬指導時に、この運動を行うことが、便秘治療に対して有用であるかどうかを検討する。

## 【方法】

**調査期間**  
2018年12月6日～2019年2月13日

**調査場所**  
あおば薬局(横浜市港南区)

**対象者**  
便秘治療中の患者

服薬指導時に専用シートを用いて便の形状や満足感、ライフスタイル、舌の状態を調査した。

舌の状態の調査結果から、漢方的概念(寒熱)の分類し、薬歴も用いて解析を行った。

**漢方的概念(寒熱)の分類**  
舌がピンク→正常  
暑がり・舌が赤っぽい→熱証  
寒がり・舌の白っぽい→寒証

### 【調査方法】

Q、今、飲んでいるお薬に満足されていますか？

A、満足している



お腹が痛くなることもなく、正常に便が出るのですね？よかったです。

A、満足していない

Q、出ますか？出ませんか？詳しくお聞かせください。

### 便の形状や満足感、ライフスタイルの調査

★お薬と体調との兼ね合いのために、おなかの調子についていくつか教えてください。

**普段の便の形の形は？**

かたい	正常	やわらかい
タイプ1 (ひび・コロコロ)	タイプ2 (バナナ状など)	タイプ3 (泥状・水様便)

**ライフスタイルについて教えてください。**

少食 ⇔ 過食      暑がり ⇔ 寒がり  
よく水を飲む ⇔ あまり水を飲まない

**便にかかえる、困っていることはありますか？**

おなかの張り	つまり感	便が残っている感
たびたび出る	いつ出るかわからない	
便秘が続く	いきみ	腹痛 下痢

### 舌の状態の調査

**「あっかんべえ」をしてください。**  
(舌を見せてください)

舌は健康のパロメータです。  
✓舌を見る事で健康状態がわかります。

漢方医学では舌を見て体質を判断する「舌診」があります。  
色や大きさを見る事で「冷えている」「むくんでいる」などの情報をえられます。  
漢方医学では体質によって使うお薬が変わります。

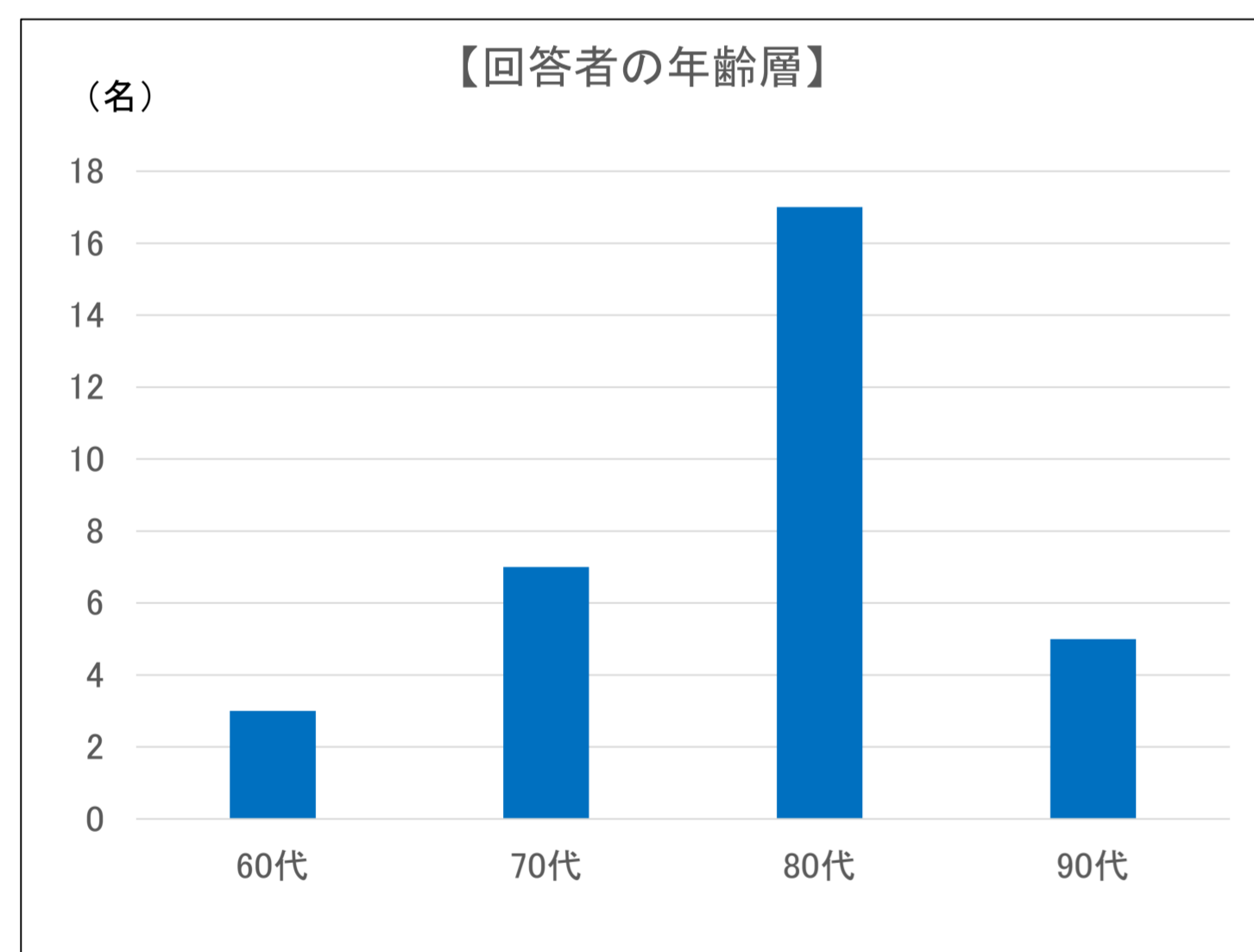
熱 ← 冷やす薬 → 正常な舌 ← 温める薬 → 寒

## あっかんべえ運動®とは...

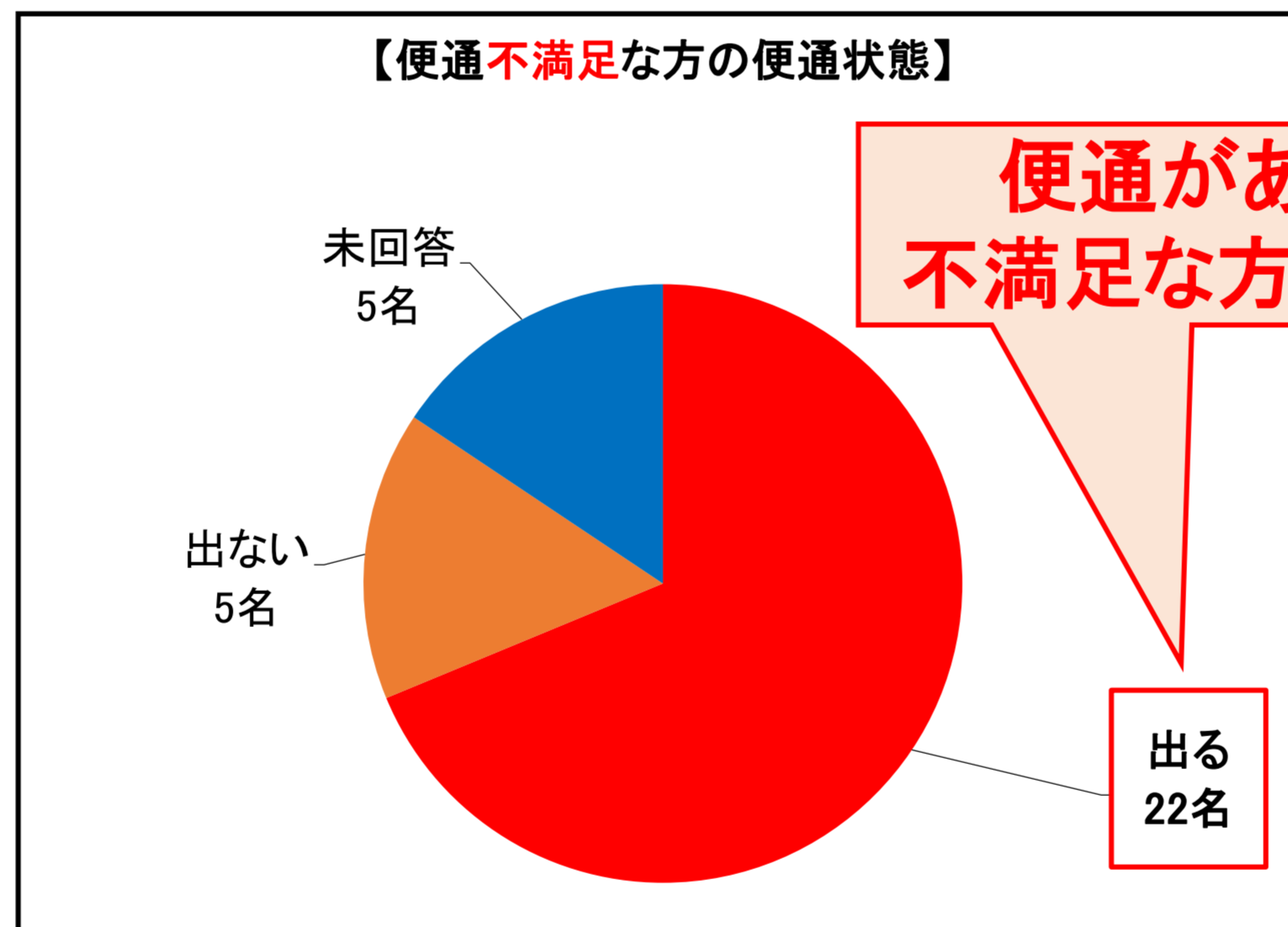
患者に「あっかんべえ」をしていただくことにより、眼瞼結膜および舌の状態を観察することによって、貧血の兆候や脱水状態、消化器の疲労など、全身の状態を知るためのフィジカルアセスメントのこと



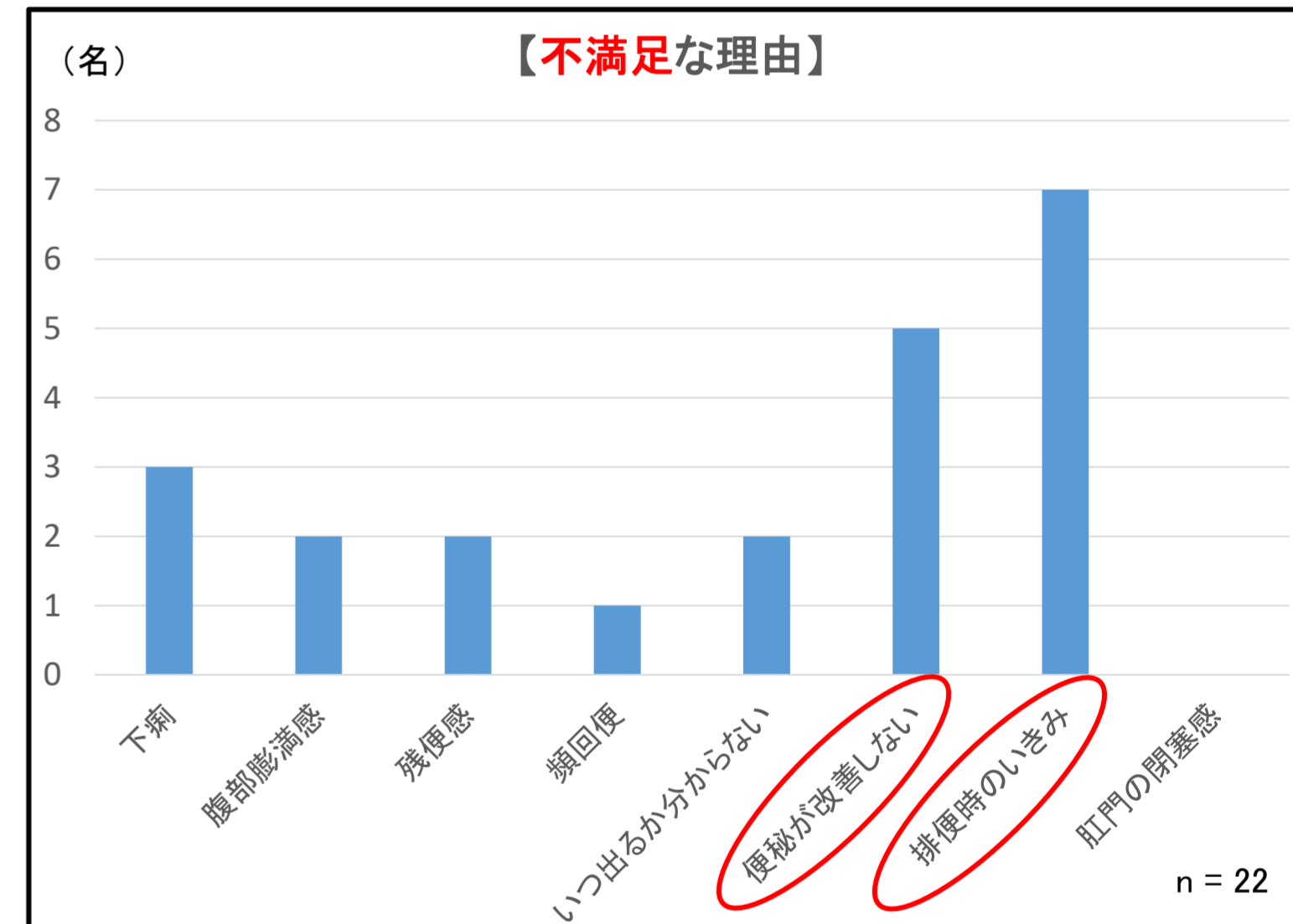
## 【結果】



回答が得られた患者は60歳以上で80代が最も多い。



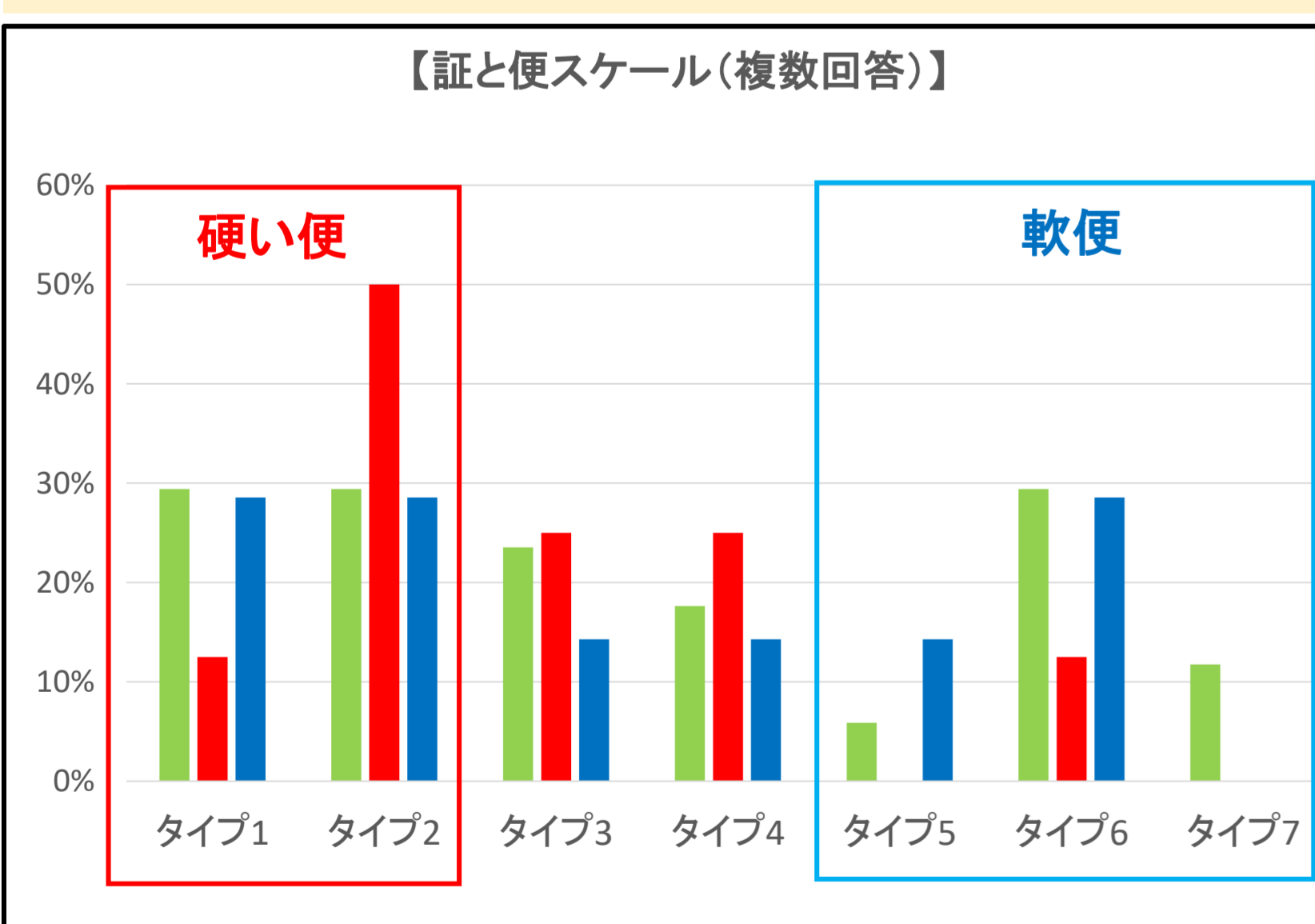
便通不満足と回答をした32名のうち22名は便通がある。



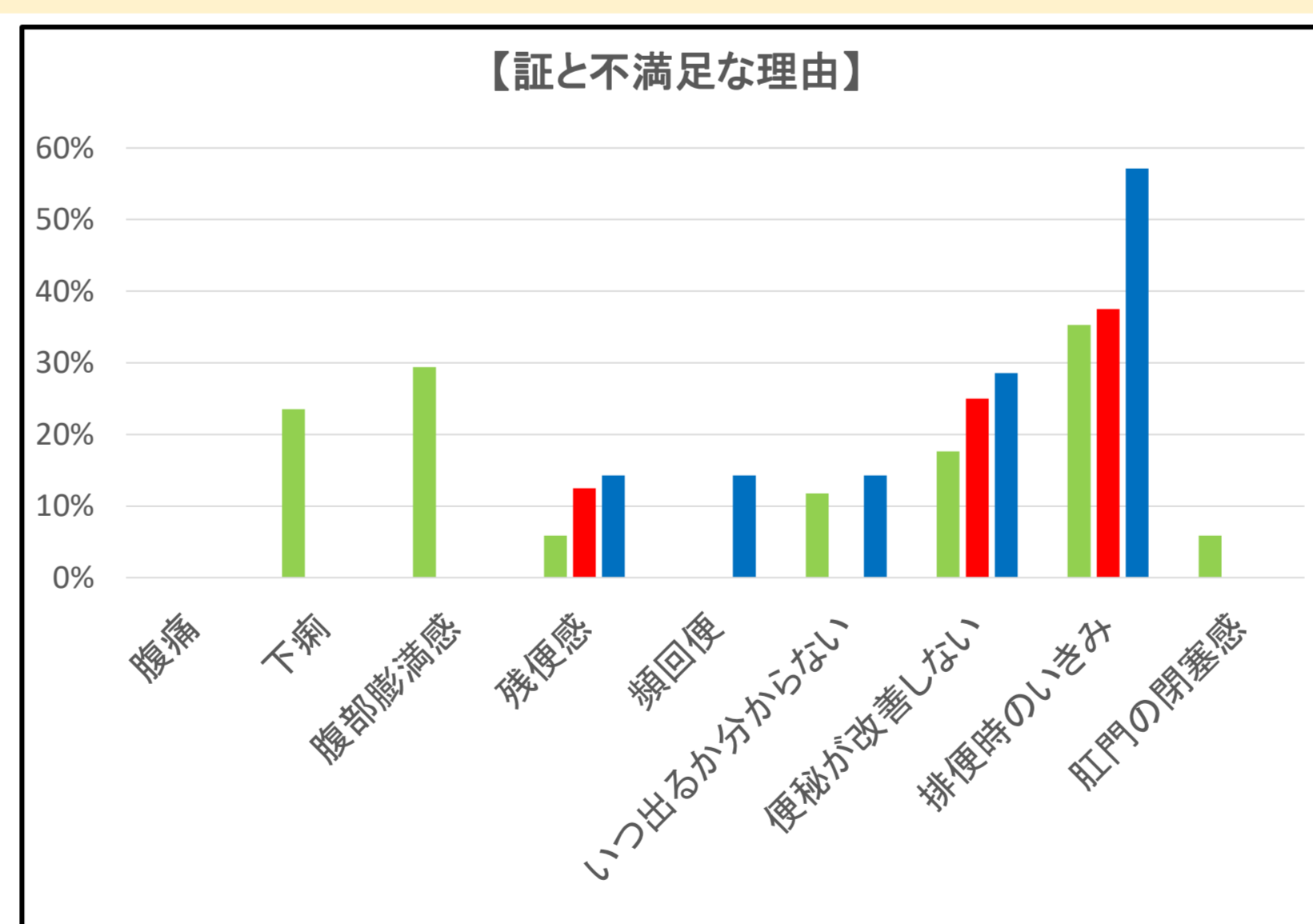
排便時のいきみ、便秘が改善しないが多くみられた。

## あっかんべえ運動®による証の分類

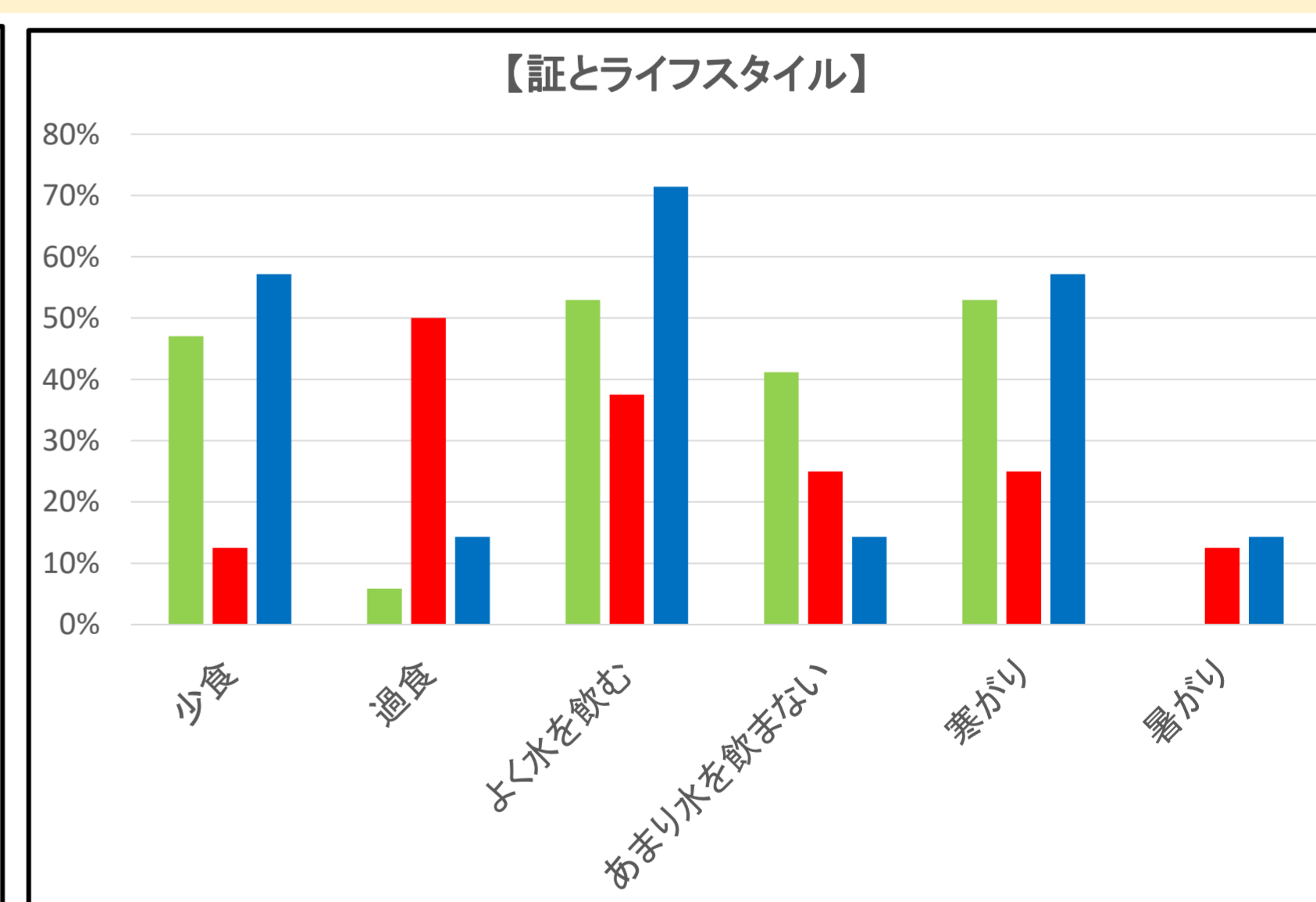
( ■ 正常: 17名、■ 熱証: 8名、■ 寒証: 7名 )



熱証 : 便が硬い(50%)



寒証 : 排便時のいきみ(57%)



熱証 : 過食(50%)  
寒証 : よく水を飲む(71%)、少食(57%)

## 【考察】

あっかんべえ運動®により、寒証と判別された患者では便通が改善されたとしても、排便時のいきみが強く満足していない傾向があった。便秘治療中の患者の満足感調査と共にあっかんべえ運動®を併用することによって、患者の寒熱等の状態を見極めることができるため、患者個々のよりよい便秘治療に対して有用であると考えられる。

しかし問題点として、患者の舌の状態を見て、専用シートの写真と比較したときの正常と寒証の明確な判別は、習熟度に応じて大きく異なった。今回はプレ調査として行ったが、本調査を行う迄には、専用シートの写真をより鮮明にするだけでなく、あっかんべえ運動®の継続と共に、習熟度の向上を図る必要がある。

第18回 かながわ薬剤師学術大会  
演題 : 便秘における服用アセスメントから考える あっかんべえ運動®の有用性  
所属 : 株式会社わかば  
発表者 : 杉本 和佳子  
既に申告したように、本演題発表に関連して、開示すべきcoi関連にある企業等はありません。