



暢快人生 -談便秘

高雄榮總藥劑部 實習生



介紹內容

- 便秘介紹
- 便秘的治療藥物
- 如何避免便秘

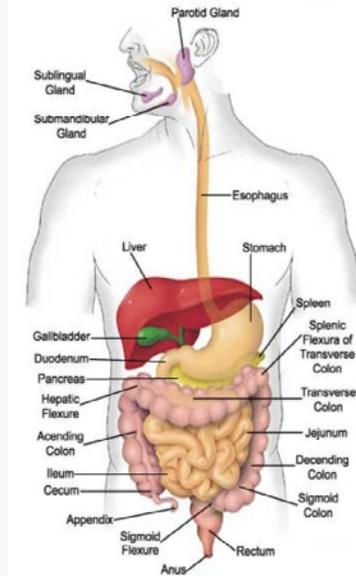


2

認識“便秘” - 什麼是便秘?



腸子蠕動緩慢，糞便
囤積在結腸，無法排
出體外。



3

Ref. <http://pictureofhumanbody.com/Picture-Of-Hum>

有什麼症狀呢?



1. 排便的次數比平常少
2. 糞便又乾又硬
3. 可能伴隨腹部疼痛、疲勞、厭食等症狀

4

什麼人容易便秘?



- 1. 女性
- 2. 老年人(>65歲)
- 3. 孕婦



引起便秘的原因



原因	例子
藥物	長期服用緩瀉劑、鎮靜劑和抗憂鬱劑、可待因
心理因素	緊張、壓力大
生理因素	停經、脫水、肛門撕裂、腸道疾病
生活型態	久坐不動、常常壓抑便意、缺乏纖維攝取

便秘的診斷



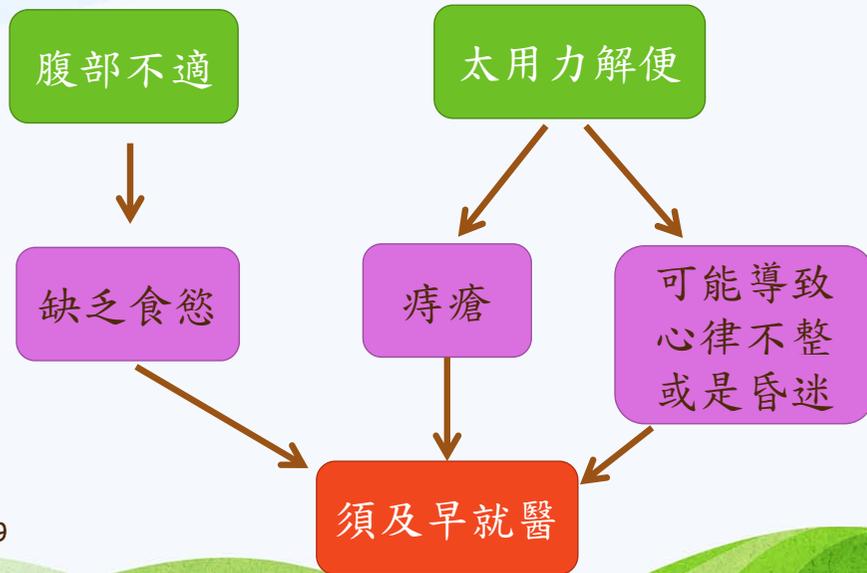
- 什麼叫做正常的排便呢?
 因人而異，以能順暢且規律的排便為主。一般臨床定義，一週解便的次數不到三次稱之便秘。
- 什麼時候該就醫?
 短暫便秘屬正常，若便秘持續三周以上須盡早就醫。

便秘的徵兆!!

布里斯托大便分類法



長期便秘的害處



9

王健民的處方



1. 大便成形劑
2. 滲透性緩瀉劑
3. 刺激性緩瀉劑
4. 潤滑劑



10

藥物治療



1. 大便成形劑

吸附水分



增加糞便重量



防止大便變乾變硬

- 通常在服用12至24小時後方有作用，數日之後才能達到最佳療效。
- 使用這類藥物必需**飲用一大杯水**。
- 潰瘍性結腸炎者小心使用。
- 避免睡前服用，特別是老年人。

12



2. 滲透性緩瀉劑

水分滯留

糞便的體積增加

刺激結腸的蠕動

- 此藥在治療前幾天可能會發生**脹氣**，一般在治療幾天後就會消失。

14

樂瑪可顆粒劑



- **不可泡於水中。**
- 不可將顆粒直接咀嚼或壓碎服用。
- 請直接放入口內，以充分的冷開水吞服。

13

康賜爾散劑



- **每包放於240CC水或果汁中混合**，立刻喝下，並追加一杯冷開水增加藥效。
- 飯前或飯後服用均可。

舒必通粉劑



- 可隨餐與液體飲料或冷開水混合服用。
- 一天一次者，可早上或晚上服用。

15

樂多糖漿



- 可與果汁、白開水、牛乳混合後給藥。
- **糖尿病患者**、半乳糖血症患者需小心使用。

腹樂疏口服懸液用粉劑



- 每袋須溶於一杯水後服用。
- 服用本品與**其他藥物**的時間最好相隔**至少二小時**，以避免影響其他藥物之吸收。

16

Sorbitol Solution



氧化鎂



- 跟某些少部分**抗生素**須**間隔**時間服用。
- 腎功能極度不好病患，應小心使用。

3. 刺激性緩瀉劑



刺激腸道
黏膜

促進腸
蠕動

改變水分
與電解質的
分泌

- 容易形成**藥物依賴**，故對於需要**迅速通便者**，**不宜長期使用**

17

散肚秘錠

便通樂膜衣錠



若有腹瀉發生，可先停藥或告知醫師
睡前服用最佳

18

樂可舒栓劑

秘克的腸溶糖衣錠



• 切勿內服。

- 不可剝半，不可磨粉。
- 不可與制酸劑或牛奶併服。
- 作用時間6~10小時，所以睡前服用最佳。

19

蓖麻油



- 請依照醫師指示劑量服用，勿自行增量。



20

4. 潤滑劑

潤滑腸道



軟化糞便

- 口服後不為腸道所吸收
- 潤滑劑、瀉劑
- 使用本藥期間宜適當補充脂溶性維他命



21

浣腸劑與栓劑之使用



原子浣腸的使用

放入溫水十分鐘

以左側躺下，左腳伸直、右腳彎曲
朝向您的胸部以便平衡

慢慢壓扁瓶身，讓藥物
進入直腸

取下蓋子，輕輕的將尖端
插入肛門

慢慢拿出藥瓶丟棄，至少維持
原姿勢30分鐘，再去排便



23

肛門栓劑使用方法

雙手洗淨

去除包裝

側躺

用手指將栓劑由較圓滑一端塞入肛門

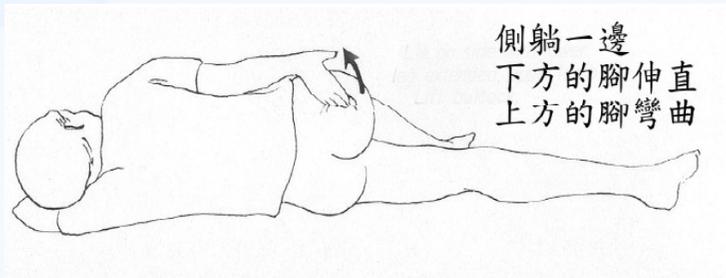
臀部合起
緊閉數秒

躺姿10-
15分鐘

再將
雙手洗淨

24

肛門栓劑



側躺一邊
下方的腳伸直
上方的腳彎曲



將栓劑置入
肛門約2.5公分

25

如何遠離便秘



填寫問卷/ 有獎徵
答送禮時間



便秘生活調整



第一題



下列哪一個方法無法改善便秘?

1. 多喝水
2. 多運動
3. 多吃肉
4. 定時排便

29

第二題



便秘不會危及生命危險，所以是不是可以不用找醫生?

1. 不用，反正也不會怎樣
2. 需要，如果長時間便秘，對身體健康會造成影響

30

第三題



以下何者不是便秘用藥?

1. 大便成形劑
2. 止咳藥
3. 刺激性緩瀉劑

31

第四題



有關樂瑪可的使用，何者正確?

1. 先將藥物溶於水後，再服用
2. 先將藥品顆粒置於舌上，配合充分冷水吞服。



32

第五題



使用完栓劑後應該要保持什麼姿勢?

1. 一使用完就可以隨意走動
2. 最好平躺一陣子

有藥物問題嗎?別擔心
請到藥物諮詢櫃台尋求協助
和藥師做朋友!!

有藥物問題嗎?
歡迎自行取用
藥品衛教單張喔...



藥事照護及電話



有藥物問題
可以進來跟藥師諮詢喔!
也可來電詢問
電話:07-3422121轉
6114



謝謝大家的聆聽





肚子通暢不便秘 健康生活全壘打