

1. 脊髄損傷者の排便コントロールの目的

・ 生活の質を維持するため

腸内環境が悪化すると便秘によるおなかの張りや痛みだけではなく、便やガスに含まれている毒素が多くなり、腸の血管から吸収されて全身に回ると、肌荒れ、頭痛、肩こり、疲労感などをもたらしめます。さらに悪いことは、全身の免疫力を支える腸内の善玉菌が減って悪玉菌が増えるため、免疫力が低下し、体調不良をおこします。また、便がたまり過ぎると腸閉塞（イレウス）になることもあります。



・ 便秘、便失禁、下痢を予防するため

便がいつ出るかわからない状態では不安がつきまとい、外出もままならなくなります。規則的な排便をすることで、外出などのスケジュールを立てやすくなります。

・ 褥瘡（床ずれ）予防のため

脊髄損傷は皮膚の感覚が失われているために、便の付着や褥瘡などの皮膚の傷に気づきにくくなります。便が皮膚に付くと、水っぽい便の場合、皮膚がふやけた状態になって細菌が入りやすくなったり傷つきやすくなってしまいます。



また、便と尿が混ざった場合、皮膚に強い刺激を与えることになり、皮膚がただれることもあります。規則的な排便をすることで便が皮膚に付着する時間を短くしたり、おむつをはずすことができ、褥瘡を予防することができます。

・ 自律神経過緊張反射の予防のため

第5～6胸髄損傷以上の脊髄損傷の症状の一つに自律神経過反射と言い、尿や便がたまることで、血圧が上昇し、頭痛・発汗・鳥肌・胸苦しさなどの症状が起こる場合があります。便の貯留が原因の場合は便を取り除くことで、症状はおさまります。（「11. 自律神経過反射」参照）

