

# 青少年用藥 小百科



## 便秘的藥物 治療與注意事項

新光醫院藥劑部主任 王春玉

“便秘”，按字典上的定義是指：大便乾硬且排便困難，次數減少。每個人的排便次數與習慣不一，從一週三次到一天三次，都算正常。一般民眾在這方面常有兩個錯誤的觀念：

- (1) 為了身體健康，應該要每天排便。
- (2) 如果沒有每天排便，毒物會堆積在體內，造成許多身體不適的症狀。

由於前述錯誤的觀念，造成有些人濫用瀉藥，反而有害正常的腸蠕動功能。

造成便秘的原因很多，除了受其他疾病的影響外，有些藥物也會造成便秘的副作用，如嗎啡等成癮性止痛藥、含鈣或含鋁的胃藥(制酸劑)、三環抗憂鬱藥、及一些用於高血壓的鈣離子阻斷劑(如Verapamil)等。

另外，如缺乏運動及長久坐立的生活型態，懷孕，飲食缺少攝取纖維質，水份長期補充不足，常常壓抑排便衝動等因素，都會造成便秘的結果。老年人或許由於不適當的飲食(少攝取纖維質及水份)、腹部肌肉較無力、及運動量減低的種種原因，比較容易發生便秘的問題，據統計，65歲以上老人，約有40%有便秘的問題，而且使用瀉藥的比例較高。然而，在正常的老化過程中，排便次數並不會隨著年齡的增加而漸減，反而某些會造成便秘的潛在疾病，如：大腸癌等，其發生率是隨著年齡的增加而增加的。胃腸道功能障礙，是造成便秘常見的原因，癌腫阻塞腸道也會呈現便秘的症狀。其他疾病，如中樞神經系統、內分泌代謝系統、神經傳導系統等問題，及懷孕等，都可能導致便秘問題。

### 便秘治療的主要目標是：

- (1) 解除便秘的問題且重建正常的腸功能
- (2) 建立適當的飲食及運動習慣，避免便秘復發
- (3) 安全有效的使用瀉下劑

### (4) 避免濫用瀉下劑

便秘的治療，須探究其成因，才能對症下藥。如果是藥物引起的便秘，應考慮是否換成其他類藥品，或只是短期使用此藥，可暫時併用其他改善便秘副作用的藥品。如果是生活型態造成的便秘，則應從改變生活型態著手，如高纖飲食、補充足夠的水份、適當的運動等。只有在前述方法無效或需要快速改善便秘症狀時，才建議短期使用瀉藥。

治療便秘的藥物選擇，須依患者的年齡及健康狀態來考慮，而且必須是短期使用(一般最好不要超過七天)，以保持腸道正常的生理功能。

瀉下劑，依作用機轉區分，可分為膨脹性、潤滑性、鹽類、高滲透壓性、或刺激性瀉下劑。

膨脹性瀉下劑，有來自車前子等植物膠類物質，也有很多是人工合成的纖維質，配服足量的水後，在腸內吸水膨脹，而有纖維質的作用，增加大便的空隙與體積，利於排便。一般常用於老年人及產後婦女便秘的短期治療。服用這類藥品，記得要配服足量的水，水喝的不夠，不但降低藥效，更可能導致腸或食道阻塞。吞嚥困難的老年人及直接以乾粉方式服藥的患者，曾經有發生食道阻塞的情形，其症狀包括胸痛、嘔吐及唾液大量分泌等。另外，有的製劑，如Calcium polycarbophil 每錠含鈣量高達150毫克(在美國，成人建議鈣的攝取量為每日1000到1300毫克。)，須注意是否對某些特定患者會造成高血鈣的危險。也曾經有吸入乾粉劑型，導致氣管痙攣的案例。

對於需嚴格限水的腎衰竭患者，可能不適合選用此類需配服足量的水份的體積膨脹性瀉下劑；糖尿病患者使用時，也需注意該製劑的含糖量。

在藥物交互作用方面，口服抗凝血劑、毛地黃強心劑或水楊酸類藥品，若與此類膨脹性瀉下劑同時服用，由於發生物理性結合作用，這些藥品的藥效可能降低。四環類抗生

# 青少年用藥 小百科

## 便秘的藥物 治療與注意事項

新光醫院藥劑部主任 王春玉



素若與含鈣的Calcium polycarboxylate同時服用，也會與鈣結合而降低四環類抗生素的吸收，影響療效。

潤滑性的瀉下劑，如：液體石蜡(mineral oil)，mineral oil是一種礦物油，它和一些可消化的植物油(如：橄欖油)，可覆蓋在糞便表面使其軟化，進而防止糞便中的水份被腸吸收。Mineral oil在腸中不吸收，但太過頻繁或長期使用，仍會造成mineral oil被吸收而產生副作用或毒性，如被吸收的油滴可能到達淋巴結或分佈到腸黏膜及肝臟、脾臟等，造成典型的異物入侵的反應。口服mineral oil時，若不小心吸入，可能造成肺炎(Lipid pneumonia)，故最好避免用於年紀很小或長期臥床的老年人。

在藥物交互作用方面，mineral oil會妨礙油溶性維他命的吸收，繼而影響到鈣和磷的吸收。Mineral oil也不要用在用餐時服用，它會延緩胃排空。孕婦不建議使用，怕影響胎兒Vitamin K的利用。在服用口服抗凝血劑的病人，若使用本品，須特別小心，可能會因為Vitamin K的吸收減少，而延長凝血時間。Mineral oil本身，若與口服抗凝血劑、毛地黃強心劑或口服避孕藥同時服用，會減少這些藥品的吸收。

鹽類瀉下劑，包括草酸鎂、氫氧化鎂、硫酸鎂、磷酸鈉等。主要是由不吸收的陽離子及陰離子組成，如鎂及硫酸根離子，硫酸根離子是此類作用藥中瀉下作用最強的。小腸壁是一種半透膜，這些離子在小腸中形成高滲透壓，將水份往腸道中拉，也同時刺激腸壁，增加腸的蠕動，在此雙重的作用下，達到瀉下的目的。口服後，約30分鐘到三小時內產生作用；如果是使用肛門栓劑劑型，約2到5分鐘，即產生療效。此類藥品，約有20%的口服劑量會被吸收，對於腎功能不良的患者，須特別小心。

鹽類瀉下劑通常只用在內視鏡檢查前清腸用，或中毒時希望快速排空腸內毒物時。

高滲透壓性瀉下劑，如甘油。其作用機轉與前述的鹽類瀉下劑類似，但甘油栓劑幾乎不會被吸收，在嬰幼兒或成人使用後，約在30分鐘內產生藥效，一般常做為下腸道的清腸用途。除了灌腸劑型會造成較大的局部刺激性外，本品副作用較少，也沒有顯著的藥物交互作用問題，但長期濫用可能造成血中鉀離子濃度降低。

刺激性瀉下劑，包括Anthraquinone類(臨床上常用的有cascara美鼠李皮，casanthranol，及senna番瀉葉類化合物)、diphenylmethane類(臨床上常用的有bisacodyl)、及castol oil(蓖麻油)等三大類。

刺激性瀉下劑，直接刺激腸粘膜或腸內神經叢，使腸蠕動增加，達到瀉下作用。有的刺激性瀉下劑，還能刺激水份及電解質分泌到腸內，加強瀉下作用。

bisacodyl及castol oil(蓖麻油)，臨床上常做為胃腸道手術、X光攝影檢查、或內視鏡檢查前的清腸劑。

刺激性瀉下劑主要的副作用是劇烈的腹部絞痛及水份、電解質流失等。

為避免胃粘膜刺激，bisacodyl錠劑被設計成腸溶錠，不可磨碎或切半，一個小時內也不要併服制酸劑、牛奶、或抑制胃酸分泌的H2抗組織胺類藥品，以免破壞腸溶錠的設計。

慢性長期、例行性的使用瀉下劑，被認為是濫用瀉下劑。不只是老年人，有些大學生、年青人(尤其是女性)，甚至濫用瀉下劑做為減肥藥。過度使用瀉下劑，除了瀉下外，還會引起嘔吐，造成水份、電解質流失，尤其是造成低血鉀，導致肌肉無力。長期濫用瀉下劑，也會造成大腸結構性改變，如腸粘膜發炎反應、腸平滑肌表面萎縮等。