

# 便秘藥介紹

臨床藥事科 林豆豆藥師

## 一、什麼是便秘？

若未服用瀉劑，並在過去一年中任三個月期間符合至少下列兩項症狀者：

1. 每周排便次數少於 3 次。
2. 排「硬便」(長相如同羊大便)的次數超過總次數的 1/4。
3. 排便後有「排不乾淨的感覺」次數超過總次數的 1/4。
4. 「過度用力排便」的次數超過總次數的 1/4。
5. 需要以手指刺激以輔助排便。

## 二、為什麼會便秘

造成便秘的因素很多，可能原因引起便秘原因區分如下：

1. 生活習慣改變：旅遊、環境改變、懷孕、更年期等。
2. 飲食習慣：水分攝取不足、低纖飲食、飲食習慣改變等。
3. 疾病引起：神經系統疾病(如脊髓損傷、帕金森氏症、多發性硬化症)、內分泌疾病(如糖尿病、甲狀腺機能低下、低血鉀)、腸躁症等。
4. 藥物引起：鴉片類止痛藥、抗膽鹼(如抗痙攣藥、抗組織胺)、精神疾病藥物(如抗憂鬱藥、抗精神病藥)、鐵劑、含鋁離子胃藥、部分降血壓藥、部分抗癌藥等。

## 三、便秘怎麼辦

採用分級與循序漸進之對症處理原則：

第一步：調整生活、飲食及運動習慣，如增加膳食纖維、水分的攝取。

第二步：儘可能停用會導致便秘的藥物。

第三步：可用藥效較緩和的瀉劑：如軟便劑。

第四步：可用藥效較刺激的瀉劑：如灌腸劑。

## 四、便秘用藥

**!!除非醫師建議，否則不建議使用瀉劑超過一星期!!**

**!!使用下列藥品前應詳閱說明書，或請教醫師、藥師、藥劑生!!**



### 1. 院內較緩和的瀉劑：



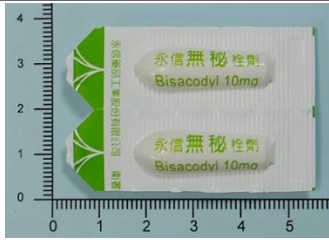
氧化鎂錠 250 毫克



樂多糖漿 666 毫克/毫升

建議與其他藥品隔開  
2 個小時服用

## 2. 院內較刺激的瀉劑：



“永信”無秘栓劑 10 毫克

**肛門栓劑：**  
請貯放於乾燥陰涼處，臨  
用前再將外殼剝除使用。



樂可舒腸溶糖衣錠 5 毫克

不可剝半、磨粉



秘瀉樂腸溶膜衣錠 5 毫克

不可剝半、磨粉



便通樂膜衣錠 20 毫克



散肚秘錠 154 毫克



意福灌腸液



原子浣腸液

## 五、參考資料

1. UpToDate: Management of chronic constipation in adults
2. 新北市藥師公會：病人用藥教育—便秘