

#) 便秘薬について（緑井レディースクリニック）

① 酸化マグネシウム（散剤、錠剤）

腸の刺激性がないので、腹痛はありません。妊娠中でも大丈夫です。粉（散剤）は、普通、1日2g（0.5g包装だと、4袋、錠剤250mgだと1日8錠）を、夕食後もしくは、朝夕1gずつ内服します。粉のほうは、そのまま水と一緒に飲んでもいいですが、ヨーグルトにふりかけたり、バナナジュースに混ぜて飲むことも可能です。効果はゆっくりで、約8～12時間後に排便があります。一番のおすすめです。

② ラキソベロン（水くすり）

コップに、水やジュースにまぜて服用します。大体、1回、15～20滴くらいで使用します。効き目は早く、数時間くらいで排便があります。酸化マグネシウムがきかないときに使用をすすめています。

③ プルセニド錠（錠剤）

前の晩に、2～3錠服用。時々、お腹がいたくなることがあります。妊娠中は、あまり使用されません。

④ 大黄甘草湯（漢方薬）

漢方の便秘薬です。多くは朝、昼、晩と排便があるまで飲んでゆきます。粉（1回1袋）も錠剤（1回2錠）もあります。妊娠中は使いません。