



各専門医のドクターに 暮らしの中で気をつけることや 疑問に思うことを聞く連載コーナー

教えてドクター



医療法人 藻友会
札幌いしやま病院
札幌いしやまクリニック
理事長 石山 元太郎
日本外科学会認定外科専門医。日本大腸
肛門病学会認定大腸肛門病専門医

肛門のはたらき

精密で複雑な肛門の機能
排便支える一重の括約筋

普段の生活では「肛門」のありがたみを実感する機会はほとんどないと思いますが、肛門は精密機械負けの高度で複雑な機能を備えた大事な臓器です。

□から入った食物は消化管を通り、最後には肛門から便として排出されます。もう少し詳しく説明すると、胃で消化された食物の栄養素と水分は小腸・大腸で吸収され、残ったものが便となり、S字結腸に溜められます。溜まつた便は、食事の刺激で起こる腸の蠕動運動によって肛門手前の直腸に

押し出され、それが神経・脳と伝達され、便意を感じて排便します。ここに、肛門の素晴らしい機能があります。それは「直腸に溜まつた便を無意識にせき止めておき、好きな時に排出できること」です。もし直腸に少しでも便が押し出されるたび、肛門に力を入れ続け、便が漏れるのを防がなければならぬことしたら、トイレに間に合わねがちたり、寝ている間に便が漏れたり、安心して生活できなくなってしまうでしょう。

便を保持・排出するため、肛門を締めたりゆるめたりする筋肉が「括約筋」です。括約筋は二重構造になっていて、一つは自分の意思

便漏れ防ぐ脇門センサー
便とガス見分けるセンサーも

普段の生活で便やガスおならが漏れ出てしまわないのは、肛門の出口から数センチのところにある「肛門クッション」のおかげもあります。網目状に広がった血管があり、軟らかく弾力性のある肛門クッションは、肛門から液体や気体が漏れ出ないよう水道の蛇口のゴム栓のような役割を果たしています。また、肛門にはサンプリング機

生活の質を保つために 肛門を意識した生活を

排便は毎日の生活となり前に
行われる行為ですが、そこに不便
を感じると生活の質は著しく低下
します。正しい排便習慣を身に付
け、肛門をいたわる生活を心掛け
ることで、排便時に違和感や異
変があれば迷わず大腸肛門病医
を受診してほしいと思います。

とは腹壁たく動く内肛門括約筋で、もう一つは自分の意思で動かせる外肛門括約筋です。直腸に十分な量の便が押し出されると、肛門括約筋が自然にゆるんで排便の準備をします。この時、意識的に外肛門括約筋をゆるめるのと、で、私たちは排便できています。反対に、意識的に締めることで、排

育と併行される働きがあり直腸が
ら降りてきただものが「個体」か
「液体」か「気体」かを瞬時に判
別することができます。そして
ガスの時のみ排出したり便とガ
スとが同時に降りてきたり時は便
を残したままガスだけを出した
り、まさに精密機械のよう纖細
で高度な選別がおこなわれていま
す。便とガスを識別できないと
おならがしたくなつた時も必ずト
イレに行って便座に座らなくては
ならないなど生活はとても不便
にならでしよう。