

老人便秘에 對한 文獻的 考察

東國大學校 韓醫科大學 內科學教室

鄭昌煥 · 申鉉喆 · 鄭智天

I. 緒 論

便秘는 大便이 秘結不通하고 難澁不暢하거나 排便時間이 延長되는 것으로, 老年人이 中年人보다 多發하며 年齡이 增加함에 따라 症狀이 加重된다고 하였다.^{14,32,44, 45)}

老人은 臟腑機能이 衰退하고 津液不足, 血虛, 陰虛, 陽虛해지기 쉬우며 久病, 七情 等에 依해^{13,27,32,41,50)} 쉽게 便秘가 發生한다고 하였고, 歷代 文獻에서는 朱³⁷⁾가 老人秘라는 名稱을 最初로 使用하였다.

病因은 李²³⁾가 “有老年氣虛 津液不足而燥結者”라고 하여 本虛標實한 老年 特有의 疾病 形態를 이루게 된다고 하였으며^{39,45,50)}, 中醫에서는 陰津虧虛 및 脾肺氣虛·脾腎陽虛·氣滯·腸胃積熱^{46,47,48,50,51,52)} 等으로 分型하여 辨證施治하고 있다.

西洋醫學的으로는 大概 機能性的 弛緩性 便秘로서 排便 生理作用의 低下, 食事內容, 精神的 stress나 憂鬱症 等の 精神心理的 要因과 慢性病 等에 依해 惹起된다고 하였다.²⁾

이러한 老人 便秘는 肥滿과 高血壓·糖尿病·高脂血症·動脈硬化·腦卒中等의 循環器系 및 腦血管系 疾患과 상당한 聯關性이 있을 것으로 여겨지는데, 韓醫學界에서는 便秘의 病因과 治法·治方에 對한 文獻 研究는 있으나^{9,10)} 老人 便秘에 對한 報告는 接해 보지 못했다.

이에 著者는 臨床治療에 도움을 얻고자 歷

代醫書와 中醫書·中醫雜誌에 報告된 病因病理, 症狀, 治法, 治方, 攝生法 및 臨床症例를 考察하여 報告하는 바이다.

II. 本 論

1. 概念 및 症狀

便秘란 여러 가지 原因으로 排便機轉에 障礙가 發生하여 大腸內에 糞便이 長時間 滯留되어 大便을 볼 때 힘이 들거나, 回數가 드물거나, 正常 以上으로 便이 굳은 境遇를 말하며 이들 症狀은 함께 나타나는 境遇가 많다.^{2,3)}

西洋醫學的 排便機轉을 살펴 보면 飲食物의 腸管內 輸送에는 胃·回腸反射와 胃·結腸反射가 關與하는데, 糞便은 局所 粘膜內의 강한 集團蠕動과 重量에 따라서 直腸으로 輸送되어 直腸壁이 伸展되면 壁在神經과 薦骨神經이 刺戟되어 興奮이 脊髓와 大腦에 傳達됨으로서 便意가 發生되고 反射的으로 直腸筋 收縮, 肛門括約筋 弛緩, 橫膈膜·腹筋의 隨意收縮에 依한 腹壓上升과 肛門學筋과 回腸筋 收縮으로 排便이 이루어진다고 하였다. 따라서, 主要 機轉은 蠕動運動과 排便反射, 大便量에 依하여 決定되며, 特히 老人 便秘는 大概 腸管의 機能 低下와 蠕動運動의 減少, 纖維가 적은 食餌와 少量의 食事量 攝取 等으로 好發하여 主로 慢性의 機能性 便秘로서 弛緩性 便秘(atonic

constipation)에 該當된다고 하였는데, 弛緩性便秘란 小兒期の 訓練不實이나 便通이 毎日 있어야 한다는 그릇된 觀念으로 排便의 遲延을 是正하기 爲하여 下劑나 灌腸에 依存하게 되어 長期間에 걸쳐 直腸 排便反射의 感受性을 喪失하게 된 것이라고 하였다.^{2,3,4,5)}

韓醫學에서 李²⁷⁾는 “便秘系指大便澀滯 排便困難 糞便乾燥堅硬 經常解而不暢的一種症狀·老年人之便秘 以氣秘 血秘 虛秘和寒秘爲多見”, 田³²⁾은 “老年性便秘 屬虛秘範疇 是指老年人 排便間隔時間延長超過48小時 且大便乾燥 或大便不乾而艱澀不暢的一種病症”이라고하여 大便이 굳지는 않고 排便만 困難한 境遇도 便秘에 該當된다고 하였으며, 또한 老人 便秘는 氣秘 血秘 虛秘 寒秘의 形態로 많이 나타나며 大概 虛秘의 範疇에 屬한다고 하였다.

田³³⁾은 “老年人患便秘的比中年人多一倍 60%의 老年人有便秘 且中年期老年前期老年期便秘 症狀隨年齡加重 老年前期與老年期排便間隔時間延長了29.7% 排便時間延長了39.8% 說明便秘與衰老有關 也可以說便秘是衰老的一个常見症狀”이라고 하였고, 牛⁴⁵⁾는 “便秘 是大便秘結不通 排便時間延長 或欲大便而艱澀不暢 爲主要表現”, 伍⁴⁴⁾는 “便秘是指大便秘結不通 或欲大便而排出困難 艱澀不暢”이라고 하였으며, 什⁴³⁾은 “慢性便秘 是老年人的常見 其基本病機 以虛爲本 或本虛標實 故治療上 以調補氣血陰陽爲治療大法”, 蘇⁴²⁾는 “老年性便秘 屬中醫虛秘範疇 屢治難愈”라고 하여 一般 便秘와 慢性·老人性 便秘에 對하여 說明해 놓았다.

老年 便秘時에 나타날 수 있는 症狀에 對해서 魏²⁰⁾는 飲食物의 殘渣가 結腸內에 오래 留滯함으로써 醱酵腐敗되어 大量的 가스(이산화탄소 수산화물)가 發生하고, 腸管이 高度로 膨脹하게 되어 食慾減退 無力 煩躁 등이 나타나고 甚하면 呼吸에까지 影響을 미친다고 하였다. 또한 大量的 毒性物質(糖 脂肪 蛋白質 등의 分解產物)이 血液으로 吸收되어 自家中毒이 일어나서 精神이 朦朧해지고 頭暈 惡心 噁

氣 등의 症狀이 나타난다고 하였다. 徐⁴⁷⁾는 老人 便秘가 惹起할 수 있는 臨床症狀은 食慾不振 體重減少 無力 등을 나타내어 消化管 腫瘍로 誤診할 수 있으며, 嚴重할 境遇는 煩躁不安 精神不振 意識昏朦 高血壓加重 등이 나타나서 腦血管 疾患으로 誤診할 수 있으나, 大便通暢後에는 이런 症狀들이 모두 消失된다고 하였고, 漆⁴⁰⁾은 自家中毒이 되면 頭痛 不眠 倦怠 食慾不振 등의 症狀이 나타난다고 하였다. 張²⁹⁾은 不良 豫候로 첫째 全身 症狀으로는 全身疼痛 精神不集中 煩躁不安 등이 있으며 患者는 排便에 對해 不安한 心情을 가지고 있고, 지나치게 用力하여 排便함으로써 血液循環에 障礙를 招來해 卒倒나 腦血管 障礙를 惹起할 수도 있다고 하였다. 둘째 逆流性 食道炎이나 食道破裂 등의 發生率이 높아진다고 하였고, 셋째 糞便이 直腸이나 S狀 結腸에 長期間 停留함으로써 水分이 過度히 吸收되어 糞便이 乾結되어 糞石이 되는데, 糞石 上段의 腸腔은 擴張되고 腸腔內 細菌은 過度히 生長되어 腸腔內의 粘液 分泌가 增加되어 大便이 液化되고 肛門括約筋의 機能이 不全함으로서 粘液性 大便失禁이 나타날 수 있다고 하였다. 그 外 腸閉塞이나 巨大結腸, 中毒性 巨大結腸, 電解質 紊亂, 全身 敗血症 등이 나타날 수 있으며 直腸 出血, 尿滯留, 尿失禁 등이 나타날 수 있다고 하였다. 넷째 通便藥의 副作用으로 心血管 機能不全 患者는 腸腔內 水分 滲出이 過多하여 電解質 紊亂을 惹起할 수 있으며 甚한 境遇는 shock가 일어날 수도 있고 腸蠕動이 增強되어 腸壁에 穿孔이 發生할 수도 있다고 하였다. 劉²¹⁾는 便秘가 오래되면 恒常 腹脹 腹痛 食慾不振 頭暈 頭痛 不眠 등을 惹起하고 痔疾 便血 肛裂 등도 誘發시킬 수 있다고 하였다.

2. 病因·病理 및 治法·治方

歷代 文獻에서 살펴 보면 李²³⁾는 “年老氣虛 津液不足而燥結者··腎惡燥 急食辛以潤之 結者 散之 如少陰不得大便 以辛潤之 太陰不得大

便以苦泄之 陽結者 散之 陰結者 溫之”라고 하였고, 李²⁶⁾는 “燥屬少陰 津液不足 辛以潤之…血液枯者 五仁丸 腎氣丸 大補陰丸 導滯通幽湯…氣虛者 三仁丸 補中益氣湯…七情氣閉者 三和散 六磨湯”이라고 하였으며, 朱³⁷⁾는 “老人臟寒而氣道澁 此大腸之挾冷然也…老人 氣弱津液不足而結者 並宜地黃丸…老人 津液少而秘者 宜以藥而滑之 用胡麻 麻仁 阿膠”라고 하였다.

虞¹⁸⁾는 “年高血少 津液枯涸…大法治 燥者潤之 以大黃 當歸 桃仁 麻子仁 郁李仁之類…多服補血生津之劑 助其真陰 固其根本 庶無再結之患 切勿以巴豆 牽牛等 峻劑攻下 雖暫得通快 必致再結愈甚”이라고 하였고, 李²⁵⁾는 “老年津液乾枯…皆能秘結…法當補養氣血 使津液生即自通…八珍湯加蘇子 橘紅 杏仁 肉蓯蓉 倍用當歸”라고 하였으며, 趙³⁴⁾는 “老年氣虛 津液衰小而結者 腎惡燥 急食辛以潤之 是也…若以六味 八味常服 永保無虞”라고 하였다.

錢³¹⁾은 “老人 陽旺而陰衰 火有餘而水不足耳 治之法 但補其腎中之水 即水足以濟火 而大腸自潤矣…濡腸飲(熟地黃 當歸 肉蓯蓉)”이라고 하였고, 龔¹²⁾은 “老人 大便不通者 是血氣枯燥而閉也…加人蔘 鎖陽 麥門冬 郁李仁 倍加當歸 熟地黃 生地黃 少加桃仁”이라고 하였으며, 李²⁴⁾는 “腎主五液…腎虛則津液竭而大便秘…皆血虛所致 大約燥屬腎 結屬脾”라고 하여 老人 便秘의 主 病因을 津液 不足으로 보았고 氣虛, 臟寒, 氣滯, 血少 等を 列擧하였으며, 臟腑의 으로는 腎 및 脾·肺·大腸과 關係가 있다고 하였다. 治法은 “腎惡燥 急食辛以潤之”¹³⁾에 依해 補血生津法을 主로 利用하여 五仁丸 腎氣丸 六味 大補陰丸 等を 使用한다고 하였고, 其他 各 病因에 따라 三仁丸 補中益氣湯 三和散 六磨湯 等を 使用한다고 하였으며, 藥物도 養陰生津하는 生地黃 麥門冬 熟地黃 當歸 肉蓯蓉 麻子仁 桃仁 郁李仁 等を 使用한다고 하였다.

張³⁰⁾은 “老人久病 大便澁滯不通者 可服神功

丸 麻仁丸 四生丸 即愈矣 時復服葵菜菠菜猪羊血自然通利也”라고 하여 藥物療法과 더불어 食餌療法の 重要性을 說明해 놓았고, 姜¹⁾은 “火伏血中 耗散津液 甚即不通然…亦有腸冷而不通者 實者下之 虛者潤之 以氣血分之 晝即便難氣也 夜即便難血也 老人虛人 俱加陳皮”, 黃⁷⁾은 “凡屬老人虛人…氣血之虧 津液之虧損”이라고 하였으며, 許⁶⁾는 “燥因血少…夫燥之爲病 血液衰少 不能營養百骸故也…燥者肺金之病…燥於外即皮膚皴揭瘙痒 燥於中即精血枯 燥於上即咽鼻焦乾 燥於下即便尿結閉…燥即津液枯竭…燥宜養血…燥者潤之 養血之謂也…宜瓊玉膏”라고 하여 老人 便秘는 燥症과 血虛에 該當되므로 養血潤燥해야 된다고 하였다.

最近 中醫書와 中醫雜誌에서 살펴보면 中醫內科學¹⁴⁾에서는 “常見的便秘原因 有燥熱內結 津液不足, 情緒波動 氣機鬱滯, 以及勞倦內傷 氣血不足等…虛秘有氣虛 血虛 津液不足 以及冷秘之分”이라고 하였고, 肖⁵³⁾는 “氣虛血少和腎陰不足 大腸津枯所致”, 張⁴⁹⁾은 “老年人便秘 多數是精虧血少 津液乾燥所致 在陰虛火旺 老人常可見到…有些老人便秘 是由于火熱亢盛 熱灼津液而排便困難”, 李²²⁾는 “中醫認爲便秘與陰虛 血虛 腸燥很有關係 而因氣虛 陽虛而引起便秘則較少見”, 劉²¹⁾는 老年便秘多因氣血不足 陰虧 陽虛體弱所致, 田³³⁾은 “老年人患便秘主要與氣血不足 腎虛胃滯有關”이라고 하여 病因에는 津液不足, 血虛, 氣虛, 腎陰不足, 陽虛, 燥熱, 氣機鬱滯 等 여러 가지가 있으나 津液不足을 가장 重要한 病因으로 보았다.

田³²⁾은 “氣血陰津虧虛 陰虛寒結 情志不遂 飲食積熱”이라고 하였고, 李²⁷⁾는 “老年人之便秘 以氣秘 血秘 虛秘和寒秘爲多見…氣虛血虧 腸燥失運, 陰虛液 舟楫難行, 陽虛陰凝 臟寒腸冷, 胃腸燥熱 糟粕秘結, 氣機鬱滯 通降失常”이라고 하였으며, 張⁵⁰⁾은 “多因臟腑功能衰退 或氣血兩虧 陽氣陰津不足而致運化無力 傳送減弱 故臨床多以氣虛 血虛 陰虛 寒滯爲主…偶可見

過食肥甘厚味酒類 致腸胃積熱之熱結便秘 因憂愁思慮過度 致氣機鬱滯 傳導失常之氣滯便秘· ·本病與脾胃運化失常 腎陽不足 關係密切”이라고 하여 飲食不節로 인한 腸胃積熱이나 七情過度로 인한 氣機鬱滯도 便秘의 主要 病因이라고 하였다.

牛⁴⁵⁾는 “老年便秘是由於陰陽失調 氣血虛弱 臟腑機能衰退而導致大腸傳導不利 津液不足之故”라고 하였고, 石⁴¹⁾은 “多屬於氣血不足 內臟機能衰弱 其症狀表現爲虛中兼實”이라고 하여 老人 便秘는 臟腑機能의 衰退와 陰陽失調 氣血虛弱으로 因해 發生된다고 하였고, 蘇⁴²⁾는 “老年性便秘 病在大腸 但與肺氣不降 腎水不足有關 與脾陰虧虛· ·爲密切”이라고 하여 老人 便秘는 腎 및 肺·脾·大腸과 關係가 있다고 하였다.

最近 中醫書와 中醫雜誌의 辨證施治를 살펴 보면,

牛⁴⁵⁾는 津血虧虛 陰液不足, 陽氣不足, 脾肺腎氣虛, 氣機鬱滯로 分型하여 津血虧虛 陰液不足型은 養血滋陰潤腸通便法으로 五仁丸 四物湯 東垣潤腸湯 增液湯 六味地黃丸 芍藥甘草湯 運腸通便湯 滋補潤腸膏 便樂Ⅱ號 等を 使用하였으며, 藥物은 生地黃 麥門冬 當歸 柏子仁 郁李仁 枸杞子 火麻仁 何首烏 肉蓯蓉 女貞子 白芍藥 白蜜 胡桃 玉竹 知母 等を 使用하였다. 陽氣不足型은 溫陽散寒法으로 半硫丸 濟川煎 四神丸 等を 使用하였으며, 藥物은 吳茱萸 當歸 巴豆 乾薑 良薑 硫黃 檳榔 附子 細辛 等を 使用하였고, 脾肺腎氣虛型은 益氣開竅法으로 補中益氣湯 小建中湯 桂枝湯 六君子湯合保和丸 補腎益氣湯 等を 使用하였으며, 藥物은 桔梗 紫莞 黨參 黃精 何首烏 肉蓯蓉 黃芪 當歸 白朮 柴胡 升麻 等を 使用하였다. 氣機鬱滯型은 調氣導滯法으로 平胃散合四逆散 蘇子降氣湯 宣清導濁湯 等を 使用하였고, 藥物은 沙參 麥門冬 五味子 杏仁 防風 厚朴 茯苓 澤瀉 蘿蔔子 木香 等を 使用하였다.

張⁴⁸⁾은 津液流失, 痰遏腸曲, 肺失肅降, 肝失

疎泄로 分型하여, 津液流失型은 斂陰固津法으로 赤石脂禹餘糧湯을 使用하였고, 痰遏腸曲型은 化痰滌濁法으로 三子養親湯合二陳湯을 使用하였다. 肺失肅降型은 肅肺下氣法으로 蘇子降氣湯合三拗湯을 使用하였으며, 肝失疎泄型은 疏肝理氣法으로 柴胡疏肝散을 使用하였다.

李⁴¹⁾는 腎水不足, 氣陰兩虛, 中氣不足, 臟寒, 虛秘, 氣秘로 分型하여 腎水不足型은 排使用力時喘急汗出 腰膝酸軟 四肢疲乏 頭暈目眩 視力減退 耳鳴 難聽 午後弛張熱 頰紅 盜汗 口乾而不欲飲 舌苔少或光剝 舌質紅而少津 脈細數或遲弱 等を 主症으로 하고, 滋陰生腎水法으로 六味地黃丸을 代表方으로 使用하며 便秘가 甚할 境遇에는 生地黃 肉蓯蓉 何首烏 等を 加味한다고 하였다. 細分하여 枯津血少者는 何首烏 生地黃 女貞子 白芍藥 草決明 肉蓯蓉 白蜜 等を 使用한다고 하였고, 火盛水少者는 生地黃 玄參 麥門冬 百合 白芍藥 等の 百合地黃湯을 使用한다고 하였고, 陰虛血少者는 潤腸通便法으로 柏子仁 杏仁 瓜蒌仁 麻子仁 等の 五仁湯을 使用한다고 하였다. 氣陰兩虛型은 時有便意 用力時喘急汗出 顔面淡白 氣力衰竭 咽乾聲嘶 乾咳痰少 咯痰帶血 潮紅 盜汗 五心煩熱 舌質紅少津 脈虛數 等を 主症으로 하고, 益氣養陰 潤肺通便法으로 黃芪湯 加味生脈散 等を 使用하였고, 藥物은 黃芪 麻子仁 白蜜 黨參 麥門冬 五味子 桑白皮 茯苓 杏仁 車前子 何首烏 等を 使用하였다. 中氣不足型은 食事不味 胃痞喜溫喜按 噫逆 惡心 嘔吐 四肢無力 呼吸促急 顔色萎黃無澤 神疲體倦 頻尿淋瀝 舌苔薄白 脈細濡弱 等を 主症으로 하고, 健脾和胃 溫中散寒法으로 補中益氣湯 黃芪建中湯 保元湯 吳茱萸湯 四磨湯 六磨湯 六君子湯合保和丸 等を 使用하였으며, 大便이 乾硬한 境遇는 麻子仁 柏子仁 郁李仁 等を 加味하고 中氣不足으로 因한 便秘로 大便이 굳지 않은 境遇는 黃芪를 增量한다고 하였고, 藥物은 麻子仁 柏子仁 郁李仁 黃芪 白朮 枳殼 升麻 黨參 當歸 何首烏 等を 使用하였다. 臟寒型은 尿澀 腹冷脹痛

多涎 顔色蒼白 四肢冷 喜溫惡寒 舌苔薄白 舌質淡白而滑 脈沈遲 等を 主症으로 하고, 溫腎逐寒 通陽瀉濁法으로 半硫丸 潤腸湯 濟川煎 等を 使用한다고 하였고, 藥物은 半夏 硫黃 肉蓯蓉 桃仁 麻子仁 郁李仁 附子 當歸 黃芪 黨參 熟地黃 山茱萸 吳茱萸 桂枝 等を 使用하였다. 虛秘型은 便秘數日繼續 便質軟泥狀便 胸脇痞滿 腹部時脹痛 顔色黑 舌苔膩 脈濡緩 等を 主症으로 하고, 健脾補氣 化濁祛濕法으로 平胃散合四逆散 宣清瀉濁湯 等を 使用하였고, 藥物은 蒼朮 陳皮 厚朴 柴胡 白朮 枳實 黨參 黃芪 茯苓 猪苓 藿香 等を 使用하였다. 氣秘型은 咳嗽 喘息 胸痞 食即欲嘔 噫逆 舌苔薄白 舌質淡紅 脈細小數 等を 主症으로 하고, 溫腎降氣通幽法으로 蘇子降氣湯을 使用한다고 하였고, 藥物은 蘇子 厚朴 當歸 沈香 陳皮 半夏 肉蓯蓉 等を 使用한다고 하였다.

田⁵²⁾은 胃腸積熱, 氣血不足, 腎虛로 分型하여 胃腸積熱型은 口乾口渴喜冷飲 面紅心煩 小便黃 舌質紅 苔黃 脈沈數 等を 主症으로 하고, 泄熱養陰潤腸法으로 麻子仁丸을 使用하였고, 藥物은 大黃 麻子仁 杏仁 白芍藥 枳實 厚朴 等を 使用하였다. 氣血不足型은 面白無華 頭暈目眩 心悸氣短 舌質淡紅 苔薄白 脈虛弱 等を 主症으로 하고, 益氣養血潤腸法으로 養血通便湯을 使用한다고 하였고, 藥物은 黨參 白朮 當歸 白芍藥 生地黃 麻子仁 桃仁 枳殼 等を 使用하였다. 腎虛型은 腰膝酸軟 頭暈耳鳴 神疲乏力 舌質淡紅 少苔 脈沈細 等を 主症으로 하고, 補腎滋陰法으로 補腎通便湯을 使用하였고, 藥物은 生地黃 熟地黃 黃精 火麻仁 枳殼 肉蓯蓉 等を 使用한다고 하였다.

李²⁷⁾는 氣虛, 血虛, 陰虛, 陽虛, 氣滯, 脾約熱秘로 分型하여 氣虛型은 便秘不暢 大便并不乾硬 雖有便意 但臨廁掙努 艱澁難出 掙則汗出氣短 便後乏力 神疲力怯 面色㿯白 舌質淡嫩 苔薄 脈虛 等を 主症으로 하고, 補氣潤腸法으로 黃芪湯을 使用하는데 短氣乏力 神疲自汗明顯에는 黨參 白朮 灸甘草 等を 加味하고, 氣虛下

陷 肛門墜迫에는 柴胡 升麻 等を 加味한다고 하였다. 血虛型은 便秘 兼有頭暈 心悸 面脣爪㿯白無華 舌質淡 脈細軟 等を 主症으로 하고, 涼血潤燥法으로 潤腸丸 五仁丸을 使用하는데 口乾少津 舌質紅偏乾等 津液不足에는 玄參 麥門冬 何首烏 等を 加味한다고 하였다. 陰虛型은 大便秘結 腰膝酸軟乏力 頭暈 耳鳴 視力減退 口乾少飲 五心煩熱 舌質紅少津 脈弱而數 等を 主症으로 하고, 滋陰潤腸法으로 左歸飲을 使用하는데 口渴較甚 尿多에는 麥門冬 五味子 等を 加味한다고 하였다. 陽虛型은 大便艱澁 難以排出 小便清長 四肢欠溫 或腰腹冷痛 喜熱畏寒 或腹中氣攻冷痛 舌質淡 苔白潤 脈沈遲 等を 主症으로 하고, 溫陽通便法으로 半硫丸 濟川煎을 使用하는데 腹中冷痛에는 附子 乾薑 等を 加味한다고 하였다. 氣滯型은 大便秘結 欲便不得 噫氣頻作 胸脇痞滿 胃納減少 甚則腹脹 舌質紅 苔黃膩 脈弦 等を 主症으로 하고, 理氣行滯法으로 六磨湯 更衣丸을 使用하였다. 脾約熱秘型은 大便乾結 小便短赤 面紅身熱 口乾 或兼有腹脹納差 舌紅 苔黃燥 脈澁數 等を 主症으로 하고, 清熱潤腸法으로 麻子仁丸 更衣丸을 使用한다고 하였다.

田³²⁾은 氣虛便秘, 血虛便秘, 陰虛便秘, 陽虛便秘, 熱結便秘, 氣滯便秘, 濕滯便秘로 分型하여 氣虛型은 大便并不乾硬 雖有便意 臨廁努掙乏力 掙則汗出短氣 便後疲乏 舌質淡嫩 面色無華 神疲倦怠 肢乏惰言 言語低微 苔白 脈弱 等を 主症으로 하고, 補氣健脾法으로 黃芪湯 補中益氣湯 三子養親湯 等を 使用하고, 藥物은 黃芪 白朮 肉蓯蓉 枳實 火麻仁 等を 多用하는데 中氣下陷伴脫에는 補中益氣湯에서 升麻를 倍加하고, 久患氣喘 肺氣虛에는 三子養親湯에 瓜蒌仁 杏仁 沈香 桑白皮를 加味하고, 口舌生瘡 等の 虛火上炎에는 肉桂와 牛膝을 少加한다고 하였다. 血虛型은 大便乾結 難以排出 脣甲色淡 面色蒼白 心悸健忘 頭暈目眩 舌淡少津 苔薄白 脈細 等を 主症으로 하고, 養血潤燥法으로 潤腸丸을 使用하고, 藥物은 當歸 生地黃

火麻仁 桃仁 枳殼 瓜蒌仁 何首烏 等を多用하는데 口乾心煩 苔少脈細數에는 知母 赤芍藥 玉竹을 加味하고, 頭昏眼花 面色少華에는 當歸를 重用하고 阿膠 枸杞子 肉蓯蓉을 加味한다고 하였다. 陰虛型은 大便乾燥 甚如羊屎 形瘦 兩頰潮紅 惡心煩熱 怔忡失眠 眩暈耳鳴 腰膝酸軟 舌紅少苔 脈細數 等を 主症으로 하고, 滋陰潤腸通便法으로 增液湯 百合固金湯 等を 使用하고 藥物은 生地黃 熟地黃 玄蔘 麥門冬 火麻仁 白芍藥 肉蓯蓉 蜂蜜 陳皮 等を 多用하는데 腰膝酸軟 心煩失眠 口舌生瘡에는 黃栢 白芍藥 百合을 加味하고, 眩暈 面赤 煩躁易怒에는 何首烏 女貞子 草決明을 加味한다고 하였다. 陽虛型은 大便乾或不乾 排出困難 腹中冷痛 面色 靑白 手足不溫 小便清長 喜熱怕冷 腰背冷重 舌淡胖邊有齒痕 苔白 脈沈遲有力或無力 等を 主症으로 하고, 溫潤通便法으로 溫脾湯 濟川煎 等を 使用하고 藥物은 附子 肉桂 乾薑 枳實 厚朴 大黃 肉蓯蓉 當歸 牛膝 枳殼 升麻 硫黃 半夏 等を 多用하는데 陽痿 遺尿에는 鎖陽 兔絲子를 加味한다고 하였다. 熱結型은 大便乾結 脣裂口臭 面紅心煩 小便短赤 或身熱喜冷 脘痞 腹脹 舌紅 苔黃燥 脈滑數 等を 主症으로 하고, 清熱潤腸通便法으로 麻子仁丸을 使用한다고 하였고 藥物은 大黃 麻子仁 杏仁 芍藥 枳實 厚朴 白蜜 等を 多用하는데 大便乾結而堅硬에는 玄蔘 芒硝, 痔瘡便血에는 槐花 地榆 白茅根, 目赤易怒 脈弦大에는 草決明 夏枯草를 加味하고 更衣丸을 같이 服用시키며, 痰熱壅肺 伴見咳嗽痰熱 苔黃膩에는 瓜蒌仁 黃芩 虎杖을 加味한다고 하였다. 氣滯型은 大便難澁 欲解不得 腹中脹痛 噫氣頻作 脇肋脹 納差 舌暗 苔薄膩 脈弦 等を 主症으로 하고, 導滯通便法으로 六磨湯 蘇子降氣湯 等を 使用한다고 하였고 藥物은 木香 沈香 烏藥 檳榔 厚朴 陳皮 萊菔子 杏仁 枳殼 等を 多用하는데 痰喘日久 氣逆于上에는 蘇子降氣湯에 萊菔子 瓜蒌仁 杏仁 枳殼을 加味하고, 嘔逆 噫氣 胸膈痞閉 飲食下行不快에는 人蔘 萊菔子, 化熱 口苦 苔黃 脈數

에는 龍膽草 梔子, 跌仆損傷 或癱瘓日久不大便에는 桃紅四物湯에 肉蓯蓉 牛膝 麻子仁 枳殼을 加味한다고 하였다. 濕滯型은 大便不乾 雖稀澁然亦努掙難出 頭身困重 脘痞納呆 惡心欲吐 舌胖滑潤 苔膩 脈濡緩 等を 主症으로 하고, 燥濕理氣 和胃健脾法으로 清宣導濁湯을 使用하고 藥物은 皂角刺 猪苓 茯苓 大腹皮 枳殼 等を 多用하는데 濕滯日久化熱 兼口乾不欲多飲 苔黃膩 脈滑數에는 黃連 黃栢 木通을 加味한다고 하였다.

蔡³⁹⁾는 氣虛, 陰虛, 血虛로 分型하여 氣虛型은 雖有便意 但排之不淨 便後疲乏 且大便并不乾硬 舌淡苔薄 脈虛細 等を 主症으로 하고, 益氣通便法으로 黃芪湯을 使用하고 藥物은 黃芪 火麻仁 陳皮 黨參 柏子仁 白蜜 等を 使用하는데 氣虛下陷 肛門墜迫 屢欲登廁而坐努無功에는 柴胡 升麻를 加味한다고 하였다. 陰虛型은 大便乾結 便時雖能努掙推下 但覺頭暈心悸 口乾煩熱 舌淡少苔 脈細澁或稍數 等を 主症으로 하고, 養陰通便法으로 潤腸丸合五仁丸 增液承氣湯 等を 使用하고 藥物은 生地黃 麥門冬 當歸 火麻仁 桃仁 枳殼 杏仁 柏子仁 陳皮 郁李仁 等を 使用한다고 하였다. 血虛型은 便秘不暢 心悸眩暈 面色無華 氣短 舌淡苔薄 脈沈細弱 等を 主症으로 하고, 補血通便法으로 當歸補血湯을 使用하고 藥物은 黃芪 當歸 黨參 火麻仁 生地黃 陳皮 何首烏 等を 使用한다고 하였다.

伍⁴¹⁾는 腸胃燥熱 耗傷津液, 氣滯不行而無積⁴¹⁾는 腸胃燥熱 耗傷津液, 氣滯不行而無滯, 脾肺氣虛 大腸傳導無力, 久病體虛及中氣下陷, 脾腎陽虛 氣化無權, 血虛津虧 腸道失潤, 熱病之後 津液未復, 氣機鬱滯 腑氣不通, 心火亢盛, 濕熱溫脾, 瘀阻胃腸 等으로 分型하여 腸胃燥熱 耗傷津液型은 潤腸通便 泄熱行氣法으로 麻子仁丸을 使用한다고 하였고, 氣滯不行而無積滯型은 清泄裏熱 行氣通便法으로 厚朴三物湯을 使用한다고 하였으며, 脾肺氣虛 大腸傳導無力型은 補益

脾肺 潤腸通便法으로 黃芪湯을 사용한다고 하였다. 久病體虛及中氣下陷型은 補中益氣 升陽舉陷法으로 補中益氣湯을 사용한다고 하였고, 脾腎陽虛 氣化無權型은 溫補脾腎 佐以潤腸法으로 腎陽虛가 爲主인 境遇는 濟川煎加肉桂, 脾陽虛가 爲主인 境遇는 附子理中湯重用白朮한다고 하였다. 또한 血虛津虧 腸道失潤型은 養血爲主 潤燥通便法으로 潤腸丸을 사용한다고 하였고, 熱病之後 津液未復型은 滋陰潤燥法으로 增液湯을 사용한다고 하였으며, 氣機鬱滯 腑氣不通型은 調肝理脾 通便導滯法으로 輕者는 痛瀉要方, 重者는 六磨湯을 사용한다고 하였다. 心火亢盛型은 清心瀉熱通便法으로 更衣丸 瀉心湯을 사용한다고 하였고, 濕熱溫脾型은 清熱化濕 宣暢氣機法으로 三仁湯을 사용한다고 하였으며, 於阻胃腸型은 活血祛瘀法으로 桃仁承氣湯을 사용한다고 하였다.

張⁵⁰⁾은 脾肺氣虛, 脾腎陽虛, 血虛, 陰虛, 胃腸實熱, 肝脾氣滯로 分型하여 脾肺氣虛型은 面色靨白 神疲氣怯 食少 雖有便意但排便困難 便時汗出氣短作喘 便後疲乏無力 甚則脫肛 糞便粗大而呈圓柱形 舌淡苔薄白 脈虛 等を 主症으로 하고, 補益脾肺 益氣潤腸法으로 補中湯을 사용한다고 하였다. 脾腎陽虛型은 面色晦暗 肢冷身涼 覺腹中冷氣攻痛 惡寒喜熱 口中和 小便清長 大便秘結 舌淡苔白潤 脈沈遲 等を 主症으로 하고, 溫補脾腎 溫通寒凝法으로 茯苓潤腸丸加半硫丸을 사용한다고 하였다. 血虛型은 面色爪甲不華 心慌頭暈 脣甲淡白 大便秘結難下 舌質嫩色淡白 脈細 等を 主症으로 하고, 養血潤燥法으로 潤腸丸을 사용하는데 口乾 心煩 脈細數에는 何首烏 玉竹 知母를 加味한다고 하였다. 陰虛型은 形體消瘦 咽乾少津 眼窩深陷 皮膚彈力低下 舌紅少苔少津液 脈細數無力 等を 主症으로 하고, 養陰生津 潤腸通便法으로 左歸飲을 사용한다고 하였다. 胃腸實熱型은 大便乾燥硬結 數日不通 腹中脹滿 疼痛拒按 面赤身熱 日晡熱甚 多汗尿赤 時欲飲冷 口臭脣瘡 語聲重濁 呼吸氣粗 舌乾苔黃厚膩或焦黃起芒刺 脈滑

實 等を 主症으로 하고, 潤腸軟堅 和胃蕩實法으로 增液承氣湯을 사용한다고 하였다. 肝脾氣滯型은 大便數日不通 後重窘迫 欲便不得 精神抑鬱 噯氣頻頻 胸脇痞滿 納食減少 嘔吐上逆 咳嗽氣喘 舌苔多薄膩 脈弦 等を 主症으로 하고, 順氣導滯 降氣通便法으로 六磨湯 更衣丸을 사용한다고 하였다.

沈¹⁷⁾은 年老體虛 津虧血燥, 肝膽實火 心肝火盛, 命門火衰 陽氣不足으로 分型하여 年老體虛 津虧血燥型은 潤滑大便法을 사용하는데 老年虛性腸胃燥熱 大便硬結 小便頻數에는 麻子仁丸을 사용하고, 腸胃津液不足引起的大便秘結及習慣性便秘에는 五仁丸을 사용한다고 하였다. 肝膽實火 心肝火盛型은 清瀉實火而通便法으로 心肝火旺 大便秘結 心煩失眠에 更衣丸을 사용하고, 命門火衰 陽氣不足型은 補火通便法으로 老年人的陽虛便秘에 半硫丸을 사용한다고 하였다.

田³³⁾은 老年人 便秘는 虛中挾實의 病理 特徵을 가지고 있어 通降胃氣하고 攻補兼施를 原則으로 한다고 하였으며 胃熱腸燥, 氣虛腸滯, 血虛腸燥, 陽虛腸滯로 分型하여 胃熱腸燥型은 大便乾結 小便短赤 面紅身熱 或兼有腹脹不適 口乾口臭 舌紅苔黃或黃燥 脈滑數 等を 主症으로 하고, 清胃潤腸法으로 麻子仁丸을 사용하는데 津傷明顯에는 生地黃 玄蔘 麥門冬을 加味한다고 하였다. 氣虛腸滯型은 雖有便意 臨廁努掙乏力 掙則汗出短氣 便後疲乏 大便并不乾硬爲特症 伴有面色靨白 神疲氣怯 舌淡嫩 脈虛 等を 主症으로 하고 益氣潤腸法으로 黃芪湯이나 補中益氣湯을 사용한다고 하였다. 또한 血虛腸燥型은 大便秘結 面色無華 頭暈目眩 心悸 脣舌淡 脈細澀 等を 主症으로 하고 養血潤燥法으로 尊生潤腸丸이나 五仁丸을 사용한다고 하였다. 陽虛腸滯型은 大便艱澀 排出困難 小便清長 面色靨白 四肢不溫 喜熱怕冷 腹中冷痛 或腰背酸冷 舌淡苔白 脈沈遲 等を 主症으로 하고 溫陽通便法으로 濟川煎加肉桂를 사용한다고 하였다.

劉²¹⁾는 氣虛, 血虛, 陰虛, 陽虛便秘로 分型하여 氣虛型은 大便不乾硬但無力排便 便後疲乏甚至汗出氣短 而白疲乏 舌質淡苔白 脈虛 等を 主症으로 하고, 益氣潤腸法으로 黃芪 玉竹 牛乳 大米(쌀) 黑芝麻(참깨) 蜂蜜 紅薯(고구마) 杏仁 胡桃 無花果 蓮藕(연뿌리) 等を 使用한다고 하였고, 血虛型은 大便乾結難解 而色無華 脣甲色淡 頭暈 心悸 舌淡 脈細 等を 主症으로 하고, 養血潤腸法으로 木耳(목이 버섯) 何首烏 大米 紅棗 黑芝麻 杏仁 當歸 桑葚子 紅薯汁 猪肉 柏子仁 海參 等を 使用한다고 하였다. 陰虛型은 大便乾結如羊糞 手足心熱 咽乾口燥 或

見額紅 盜汗 低熱 腰膝酸軟 舌嫩紅苔少 脈細數 等を 主症으로 하고, 滋陰潤腸法으로 百合 蜂蜜 黑芝麻 大米 柏子仁 香蕉(바나나) 牛乳 菠菜(시금치) 胡桃仁 松子仁 等を 使用한다고 하였으며, 陽虛型은 大便難排 腹中冷痛 或腰酸 四肢不溫 喜溫畏寒 小便清長 舌質淡苔白 潤 脈沈細 等を 主症으로 하고, 溫陽潤腸法으로 肉蓯蓉 羊肉 大米 胡桃仁 黑芝麻 鎖陽 等を 使用한다고 하였다.

表 1. 分型에 따른 主要 症狀

分型	症狀
氣虛 ^{11,21,27,32,33,39,50)}	大便并不乾硬 但無力排便 雖有便意 但臨廁掙努 艱澁難出 掙則汗出氣短作喘 便後乏力 甚則脫肛 神疲倦怠力怯 糞便粗大而呈圓柱形 面色㿔白無華 舌質淡嫩 苔薄白 脈虛弱
血虛 ^{21,27,32,33,39,50)}	大便乾結 難以排出 面色蒼白而㿔白無華 脣甲色淡 心悸健忘 頭暈目眩 舌淡少津 苔薄白 脈沈細弱
陰虛 ^{11,21,27,32,33,39,50)}	大便乾燥 甚如羊屎 形瘦 兩頰潮紅 五心煩熱 盜汗 低熱 怔忡失眠 眩暈耳鳴 視力減退 口燥咽乾少飲 腰膝酸軟乏力 眼窩深陷 皮膚彈力低下 舌紅少苔少津液 脈細數
陽虛 ^{11,21,27,32,33,50)}	大便乾或不乾 排出困難 腹中冷痛 面色㿔白晦暗 手足不溫 小便清長 喜熱怕冷 腰背冷重 舌淡胖邊有齒痕 苔白潤 脈沈遲有力或無力
氣滯 ^{11,27,32,50)}	大便難澁 數日不通 後重窘迫 欲解不得 精神抑鬱 噯氣頻作 胸脇痞滿 胃納減少 甚則腹脹 嘔吐上逆 咳嗽氣喘 舌質暗紅 苔黃膩 脈弦
腸胃積熱 ^{27,32,33,50)}	大便乾燥硬結 數日不通 腹中脹滿 疼痛拒按 小便短赤 面紅身熱 日晡熱甚 脣裂口臭脣瘡 語聲重濁 呼吸氣粗 口乾心煩 身熱喜冷 脛痞腹脹 舌紅乾苔黃燥或起芒刺 脈澁數滑實
濕滯 ³²⁾	大便不乾 雖稀溏然亦努掙難出 頭身困重 脛痞納呆 惡心欲吐 舌胖滑潤 苔膩 脈濡緩

表 2. 分型에 따른 治法

分 型	治 法
津血虧虛 陰液不足 ^{17,45,48)}	養血滋陰生津
氣血兩虛 ^{4,11,52)}	益氣養血潤腸
血虛 ^{27,32,33,39,44,50)}	養血潤燥通便
腎陰虧虛 ^{11,27,32,39,44,50,52)}	養陰生津 潤腸通便 滋陰補腎潤燥
脾肺氣虛 ^{4,11,32,33,39,44,45,50)}	補益脾肺 益氣潤腸通便
脾腎陽虛 ^{11,27,32,33,44,45,50)}	溫補脾腎 溫通寒凝 溫潤通便 溫腎逐寒
氣機鬱滯 肝脾氣滯 ^{27,32,44,45,48,50)}	順氣導滯 降氣通便 疏肝理氣 行氣泄熱 理氣行滯 導滯通便
腸胃積熱 ^{32,44,50,52,17,33)}	潤腸軟堅 和胃蕩實 泄熱養陰 潤腸通便

表 3. 分型에 따른 治方

分 型	治 方
津血虧虛 陰液不足 ^{17,45,48)}	五仁丸 東垣潤腸湯 增液湯
氣血兩虛 ^{4,11,52)}	養血通便湯 加味生脈散
血虛 ^{27,32,33,39,44,50)}	潤腸丸 當歸補血湯
腎陰虧虛 ^{11,27,32,39,44,50,52)}	左歸飲 六味 補腎通便湯
脾肺氣虛 ^{4,11,32,33,39,44,45,50)}	補中湯 黃芪湯 補中益氣湯 黃芪建中湯
脾腎陽虛 ^{11,27,32,33,44,45,50)}	菴蓉潤腸丸 濟川煎 四神丸 溫脾湯 附子理中湯
氣機鬱滯 肝脾氣滯 ^{27,32,44,45,48,50)}	六磨湯 蘇子降氣湯 厚朴三物湯 柴胡疏肝散
腸胃積熱 ^{32,44,50,52,17,33)}	增液承氣湯 麻子仁丸

表 4. 多用된 主要 處方들의 構成 藥物

處方	構成 藥物
五仁丸(湯)	郁李仁 瓜蒌仁 杏仁 柏子仁 麻子仁
東垣潤腸湯加減	生地黃 當歸 桃仁 麻子仁 何首烏 肉蓯蓉 郁李仁 白蜜
增液湯	玄蔘 麥門冬 生地黃
增液承氣湯	玄蔘 麥門冬 生地黃 大黃 芒硝
半硫丸	半夏 硫黃
濟川煎	當歸 肉蓯蓉 牛膝 澤瀉 升麻 枳殼
補中益氣湯	黃芪 人蔘 白朮 當歸 陳皮 升麻 柴胡
蘇子降氣湯	半夏 蘇子 肉桂 陳皮 當歸 前胡 厚朴 甘草 蘇葉
三子養親湯	蘇子 萊菔子 白芥子
六味地黃丸	熟地黃 山藥 山茱萸 白茯苓 牡丹皮 澤瀉
四磨湯	檳榔 沉香 木香 烏藥
六磨湯	檳榔 沉香 木香 烏藥 大黃 枳殼
黃芪建中湯	黃芪 白芍藥 桂枝 甘草
百合地黃湯	生地黃 玄蔘 麥門冬 百合 白芍藥 甘草
黃芪湯	黃芪 人蔘 麥門冬 枸杞子 熟地黃 五味子
潤腸丸(湯)	當歸 生地黃 麻子仁 桃仁 枳殼 瓜蒌仁 何首烏
麻子仁丸	麻子仁 杏仁 白芍藥 大黃 枳實 厚朴
更衣丸	蘆薈 朱砂
溫脾湯	附子 乾薑 人蔘 大黃 灸甘草
桃仁承氣湯	大黃 桂皮 芒硝 甘草 桃仁

表 5. 辨證分型에 따른 常用藥物

	常用藥物
津血虧虛 陰液不足 ^{45,46)}	生地黃 玄蔘 麥門冬 當歸 何首烏 白芍藥 肉蓯蓉 火麻仁 知母 赤芍藥 玉竹
氣血兩虛 ^{4,11,52)}	黃芪 當歸 白蜜 黨參 麥門冬 五味子 杏仁 何首烏
血虛 ^{27,32,33,39,44,50)}	當歸 生地黃 火麻仁 桃仁 瓜蒌仁 何首烏 阿膠 枸杞子 肉蓯蓉
腎陰虧虛 ^{11,27,32,39,44,50,52)}	生地黃 熟地黃 玄蔘 麥門冬 火麻仁 肉蓯蓉 蜂蜜 黃柏 白芍藥 百合 何首烏 女貞子 草決明
脾肺氣虛 ^{4,11,32,33,39,44,45,50)}	黃芪 白朮 肉蓯蓉 何首烏 黨參 火麻仁 柏子仁 郁李仁 柴胡 升麻 瓜蒌仁 杏仁 桑白皮 牛膝
脾腎陽虛 ^{11,27,32,33,44,45,50)}	附子 肉桂 乾薑 厚朴 肉蓯蓉 鎖陽 兔絲子
氣機鬱滯 肝脾氣滯 ^{27,32,44,45,48,50)}	木香 沈香 烏藥 檳榔 厚朴 陳皮 萊菔子 瓜蒌仁 杏仁 枳殼 龍膽 草 梔子 牛膝
腸胃積熱 ^{32,33,44,50,52)}	大黃 麻子仁 杏仁 枳實 厚朴 芒硝 黃芩 玄蔘 槐花 地榆 白茅根 草決明 夏枯草 瓜蒌仁 黃芩 虎杖

西洋醫學에서의 病因·病理에 對하여 살펴 보면, 內科學⁴⁾에서는 排便機轉에 對하여 排便反射는 直腸壁에서 일어나는데 薦骨索(sacral cord)에 있는 排便反射中樞가 橫隔膜의 下降, 聲門의 閉鎖, 腹壁筋의 收縮 및 骨盤底를 緊張 시킴으로써 腹壓을 上昇시키고 그 後 骨盤底가 下降하며 外肛門括約筋의 緊張이 抑制됨으로서 完成이 된다고 하였다. 그러나 高位脊髓와 腦의 疾患 또는 外傷에 依해 機能障病가 結腸이나 直腸에 생기면 結腸은 緊張이 低下되고 外肛門括約筋은 별로 쓸모가 없어져 排便反射가 鈍해지고, 肛門舉上筋은 弱해지며 腹壁筋은 效果의인 腹壓上昇을 일으키고 維持하는 것이 어렵게 된다고 하였다. 特히 腦卒中的 境遇에는 中樞神經系統이 갑자기 遮斷되어 많은 部位에서 排便機轉에 障病가 오게 된다고 하였다. 類型에 있어서는 갑자기 高度의 便秘

가 始作되는 境遇는 神經, 血管 또는 腸의 筋統合性이나 그와 關聯된 排便反射 및 筋群의 어딘가에 障病가 있다는 것을 意味하며 이와 같은 障病는 高度의 感染症(特히 中樞神經系), 急性腸間膜循環不全, 腎性疝痛, 腦血管發作, 小腸이나 大腸의 機械的 閉塞, 有痛性 肛門病變, 藥劑 等に 依해 發生한다고 하였다. 또한 弛緩性 便秘는 排便 習慣의 不良이나 下劑나 灌腸의 濫用으로 直腸의 排便反射의 感受性이 弱化되어 發生된 境遇라고 하였다.

成人病·老人病學²⁾에서는 老人은 腸管의 機能低下와 蠕動의 減弱에 依하여 便秘 傾向이 있게 된다고 하였다. 便意 刺戟은 糞便의 直腸壁 刺戟이며 糞便量과 纖維含有量에 關係되어 少量의 食事量에 脂肪과 蛋白質이 많은 食餌이면 便秘가 쉽게 發生하게 된다고 하였다. 또한 便意가 있어도 참고 時間과 場所를 選擇하

기 爲하여 抑制·調節할 때가 많으며 이것이 習慣化되면 排便 反射가 弱화되어 便秘가 發生하며, 老人의 便秘는 大概 弛緩性 便秘이며 排便生理作用의 低下와 食事內容 等に 依한 便秘라고 하였다. 또한 心因性 或은 情緒性으로 發生하며 精神 stress, 憂鬱症 等이 成人과 老人便秘의 原因이 된다고 하였으며, 老年에 隨伴되는 多少의 知能低下와 性格變化에 強力한 環境因子가 作用하면 神經症이 容易하게 發生하고, 心氣症은 主로 消化器系와 循環器系에서 異常이 나타나서 食慾不振 便秘 頭痛 疲勞 心悸充進 不整脈 不眠 等を 呼訴하게 된다고 하였다.

家庭醫學³⁾에서는 病因을 첫째 先天性 異常과 둘째 直立姿勢로 支持部와 彎曲部의 壓迫이 增加하여 腸內容의 前方移動이 妨害되어 發生된다고 하였고, 셋째는 文化生活로 因한 境遇로 纖維素가 적은 食事習慣으로 腸運動이 低下되고 便의 量이 적어져서 發生하는 食餌性 要因과 定時에 排便하는 訓練이 되어 있지 않고 便意를 참고 無視하는 것이 繼續되어 일어난 境遇, 不適當한 排便姿勢, 下劑와 灌腸의 濫用 等이다. 넷째는 橫隔膜筋力 腹筋力 骨盤의 弱화와 腸筋組織의 弛緩 等으로 因한 排便力의 減退이며, 다섯째는 胃·回腸反射와 胃·結腸反射의 不全, 蠕動力의 減退, 攪拌 作動의 增強으로 腸의 痙攣과 緊張의 增加 및 脊髓의 病變으로 副交感神經抑制와 交感神經興奮 等의 腸反射運動의 不全이다. 여섯째는 直腸 內에 便塊가 들어가도 直腸壁의 知覺이 鈍麻되어 便意를 느끼지 못하거나 下劑와 灌腸의 濫用, 便의 無視 等の 累積으로 直腸 排便反射가 消失되거나, 일곱째 腸管 內部로부터의 狹窄, 腸管 外部로부터의 壓迫, 肛門括約筋의 障碍 等 腸 內容物의 前進運動에 對한 抵抗이 增加된 境遇에 일어난다. 여덟째는 胃 疾患時 부드러운 飲食을 攝取하여 食物殘渣가 적거나, 幽門 狹窄時 胃 內容物의 胃內 停滯가 일어나거나, 食慾減退로 攝食量이 적어져 正常 蠕動을

일으키는 反射가 鈍麻된 境遇에 發生한다. 外 藥物濫用, 代謝性 內分泌의 原因, 神經性 等이 있다고 하였다.

魏²⁰⁾는 老人 便秘의 病因에 對하여 老人은 齒牙가 좋지 않아 항상 부드러운 飲食과 纖維質이 적은 飲食을 먹음으로서 腸의 蠕動을 刺戟하지 못하고, 胃酸 分泌가 減少하고 小腸의 吸收 機能이 떨어져서 飲食物이 胃腸內를 經過하는 時間이 길어지며, 排便 習慣이 規則的이지 못하고 便意가 있을 때 卽時 排便을 하지 않게 되면 모두 排便反射를 抑制하게 된다고 하였다. 따라서 糞便이 直腸에 滯留하는 時間이 길어지고 水分 吸收가 過多해져서 糞便이 乾燥해지면서 排便이 困難해진다고 하였다. 이같은 原因 外에 老人은 橫隔膜 腹筋 腸壁平滑筋 肛門舉筋 等の 收縮力이 全體적으로 下降하여 排便力이 떨어짐으로서 便秘가 發生하게 된다고 하였다.

徐¹⁵⁾는 老人便秘의 病因은 첫째 排便力의 減少로, 年老體弱하고 活動力이 減少하며 營養이 不良하고 內藏이 아래로 치우치며 消耗性 疾患이나 慢性心不全, 肥滿, 肺氣腫, 橫隔膜筋 麻痺 等の 神經疾患이 있으면 排便과 關聯된 筋肉組織의 收縮力이 減少되어 排便力이 減少해 便秘가 發生한다고 하였다. 둘째는 腸管의 刺戟不足으로, 食慾不振으로 纖維質이 적은 부드러운 飲食을 主로 먹거나, 水分 攝取不足으로 腸管 內의 容量이 減少하여 腸壁의 刺戟이 不足해지면 腸管의 蠕動이 弱해져 排便反射의 形成이 어려워진다고 하였다. 셋째는 排便反射의 消失과 便의 無視로, 生活方式과 排便習慣, 環境의 變化, 精神抑鬱, 便意의 無視 및 腦血管 疾患, 脊髓病變, 排便姿勢의 不適當 等은 排便反射의 敏感性을 鈍化시켜 糞便이 直腸에 積滯되게 되어 便秘가 誘發된다고 하였다. 넷째는 腸粘膜의 感受能力 減退로, 腸炎, 細菌性 痢疾 後의 粘膜水腫 等 腸粘膜의 炎症 後나 瀉下劑의 習慣的 濫用 等으로 腸管에 持續적으로 刺戟을 加하면 腸壁의 感受能力이 弱화

되어便秘가發生된다고하였다. 다섯째는腸內容物이나糞便의運行이障碍를받는境遇로,腸閉塞,結腸이나直腸의腫瘍,憩室炎,直腸이나肛門疾患(肛裂,痔疾,直腸炎等으로肛門의疼痛이나痙攣이惹起되는境遇)等은모두腸內容物이나糞便의運行에障碍를주어便秘를發生시킨다고하였다.其他神經機能症이나精神病等の神經精神疾患이나甲狀腺機能減少,腦下垂體機能減退等の內分泌疾患,糖尿病等도便秘를惹起시킬수있다고하였다.

周³⁶⁾는老人便秘의病因을첫째는飲食物殘渣의不足으로,正常飲食中에는碳水化合物脂肪蛋白質비타민뿐만아니라充分한量的纖維質도含有하고있다.그러나,지나치게적게먹거나偏食을하거나纖維質이적은飲食을주로먹게되면便秘가發生한다고하였다.둘째는腸管의感受性弱화로,便意를無視하거나過度하게緊張된作業을하거나肛門周圍의疼痛性疾患,腸粘膜病變,瀉下劑의習慣的服用,腸炎의恢復期 등에서腸管의感受性이弱화되거나消失되어便秘가發生된다고하였다.셋째는排便力의減少로,長期臥床老年衰弱營養不良消耗性疾患惡性腫瘤等の全身의인要因과大量腹水多産婦腹中巨大腫瘤 등이惹起하는腹筋力の衰弱과橫隔膜神經麻痺等の局所要因 등으로排便力이不足하거나缺乏되면便秘가發生한다고하였다.넷째는腸管閉塞으로,直腸이나結腸의腫瘍,腸炎等으로惹起된狹窄이나,蛔蟲이나結石에依해惹起된腸管閉塞에依해便秘가惹起된다고하였다.다섯째는神經精神病變으로,結腸過敏 등과같은腸神經機能症은平滑筋의緊張이나結腸의痙攣을增加시켜便秘를惹起하고,脊髓損傷이나壓迫,糖尿病性神經病變,精神分裂症이나憂鬱症等도便秘를惹起할수있다고하였다.其他副甲狀腺機能亢進症은高칼슘血症으로腸神經筋의感受性を減退시키고,甲狀腺機能低下症低칼슘血症은腸

平滑筋의緊張度を減少시키며,慢性납中毒等은腸平滑筋을痙攣시켜모두便秘를惹起시킬수있다고하였다.

漆⁴⁰⁾은老人便秘의病因은年老로因해機能이衰退하고活動이減少하게되며,특히臥床不起한老人의境遇는腸의蠕動이減退되고,橫隔膜筋腹筋腸壁平滑筋이萎縮되어飲食物의殘渣가下行하는데無力해진다고하였다.또한飲食物攝取가적어殘渣가적음으로서糞便량이적고纖維質이적음으로서直腸粘膜를刺戟해排便反射를일으키지못하고,糞便在腸内に오래停滯되고飲水量이적어糞便在乾燥해져쉽게排出되지않게된다고하였다.그外生活環境의變화와肛裂痔疾肛門疼痛 등이모두抑制性便秘를일으키게되며,腹腔이나腸内の腫瘍,前立腺肥大的患者들도便秘를誘發시킬수있다고하였다.

張²⁹⁾은老人便秘의病因은一般病因으로는唾液腺胃腸脾臟의消化液分泌가年老해짐에따라減少하고,長期臥床이나活動減少營養不足 등으로排便力이弱해지며,齒牙가弱해져食慾이變해食單이變하여纖維質이적은飲食物을爲주로함으로서糞便량이적어지고,原來腸管의蠕動作用이低下되어있는狀況에서活動력이떨어져惹起된다고하였다.즉가볍고,消化가잘되며,적은食事量 등이하나의病因이된다고하였다.또한前立腺肥大 등이있으면排尿가困難해짐으로서自然히飲水量이적어져便秘發生이促進되고,腦의血液供給이不足하여中樞神經의機能이不全하거나憂鬱等도排便反射를鈍化시키며,鎮痛劑나神經安靜劑等도腸蠕動에어느程度影響을미치게된다고하였다.常見病因으로는結腸癌,結腸의憩室疾患,脾臟癌,糖尿病,甲狀腺機能低下症,早期腸虛血,機能性腸管疾患 등이있으며,그外에肛裂로因해惹起된直腸의輕微한疼痛으로排便을하지않으려하고,前立腺肥大로惹起된膀胱膨脹이排便困難을增加시키며,制酸劑나鐵

製劑를 多服함에 따라서도 便秘가 誘發될 수 있다고 하였다.

田³¹⁾은 老人 便秘의 病因·病理는 高熱이나 收斂藥을 服用함으로서 腸管의 水分 吸收가 過多한 境遇와 痔疾, 肛裂, 前立腺肥大 등으로 疼痛이나 出血을 避하기 爲해 意識的으로 便意를 抑制한 것이 오래되어 直腸이 大便에 對한 刺戟 敏感度가 低下된 境遇 및 胃腸管의 憩室病이나 精神 緊張 등으로 胃腸 機能이 失調된 原因 外에 老人 便秘의 主要 病因은 다음과 같다. 첫째 中老年人은 活動이 減少하여 腸蠕動이 緩慢해지고 直腸筋이 萎縮되어 張力이 減退된다. 둘째 老年人은 身體가 虛弱하고 腹筋 橫膈膜筋 腸壁平滑筋 肛門舉筋의 收縮力이 無力해져 排便力이 弱화된다. 셋째 中老年人은 齒牙가 脫落하여 飲食物을 아주 적게 먹게 되거나 殘渣나 纖維質이 아주 적은 부드러운 飲食物을 먹게 된다. 넷째 老年人은 瀉下劑나 灌腸을 자주 함으로서 腸 粘膜炎의 反應性이 低下되어 이러한 病因에 依해 便秘가 發生하게 된다고 하였다.

李²⁸⁾는 老年人에 誘發되는 機能性 便秘의 病因은 다음과 같다고 하였다. 첫째 老年人은 消化機能이 低下되어 飲食 攝取量이 적어지고 同時에 水分과 纖維質의 攝取가 적어져 便秘가 發生된다. 둘째 老年人은 身體가 衰老하고 體育活動이 減少하며 胃腸 蠕動이 緩慢해져 大便이 腸腔中에 停留하는 時間이 길어져 大便에 含有된 水分의 大部分이 腸粘膜炎에서 吸收됨으로서 大便이 乾燥 堅硬해져 排便困難이 惹起된다. 셋째 大概 老年人은 體質이 虛弱해지고 定時에 排便하는 習慣을 기르지 않으며 行動이 緩慢하여 때때로 大便이 있어도 그때 그때 排便을 하지 않아 糞便이 漸漸 結腸이나 直腸을 채워 막게 되어 排便困難이 發生하게 된다고 하였다.

李²²⁾는 便秘는 都市 住民들에게 普遍的으로 나타나는 病症의 하나인데, 이는 都市人들이 大概 纖維質이 風府한 飲食은 잘 먹지 않고,

肉類를 多食하며 久坐와 運動量이 不足함으로서 便秘가 發生하게 된다고 하였다.

老人 便秘와 其他 疾患과의 關係에 對하여 살펴 보면,

魏²⁰⁾는 結腸이나 直腸의 腫瘍는 腸閉塞을 惹起할 수 있고, 肛門 裂傷이나 痔疾 등은 排便時 疼痛으로 因해 排便에 影響을 미치며, 慢性氣管支炎이나 肺氣腫 糖尿病 등이 있으면 排便에 關係된 筋肉 組織의 收縮力을 減少시킨다. 또한 心不全 肝硬變(門脈壓 上昇) 등이 있을 때는 直腸 粘膜炎에 充血이 되지 않아 排便反射의 敏感性이 減少하고, 甲狀腺機能減少나 비타민 B의 缺乏時는 腸의 蠕動이 弱해지며, 腦血管 疾患이나 脊髓 病變時에는 排便反射가 鈍化된다. 이 外에 長期的인 瀉下劑의 濫用이나 腸管의 水分 不足, 直腸粘膜炎充血, 反應性 下降 등이 便秘를 惹起할 수 있다고 하였다.

沈¹⁷⁾은 代謝過程 中에 생긴 糟粕毒素를 제 때 體外로 排出하지 못하면 自身에게 害毒을 일으켜 人體의 正常的인 生理機能에 影響을 일으키게 된다. 또한 高血壓 冠狀動脈疾患 腦血管疾患 糖尿病 등 老年病의 發生이나 病程 加重에 關係가 있는데, 高血壓이나 心肺疾患에 大便秘結이 있으면 病程이 加重되며 大便이 通暢되면 病程이 輕減된다고 하였다.

周³⁶⁾는 大便을 通暢시키는 것은 많은 疾病들에 對한 整體的인 治療의 一部分으로서 어떤 境遇는 重要한 措置가 될 수 있다고 하였다. 예를 들어 腦卒中 重症高血壓 心筋梗塞 心不全 등의 患者들에게는 쉽게 便秘가 發生할 수 있고, 同時에 便秘로 因해 排便할 때 用力함으로서 病情을 加重시킬 수 있다. 따라서 適當한 通便 方法을 使用함으로서 以上の 疾病發作을 防止할 수 있는 한 方法이 된다고 하였다.

漆⁴⁰⁾은 老人이 原來 慢性疾病이 있는데 숨을 참고 用力하여 排便하면 恒常 疾病을 誘發하게 된다. 예를 들어 原來 慢性病이 있는데

高血壓을 兼有하고 있으면 大概 大便이 建造해지며 排便力이 無力해 지는데 숨을 참으면서 用力하게 되면 血壓이 갑자기 上升하여 腦血管 疾患을 誘發하게 된다고 하였다. 또한 原來 冠狀動脈 疾患이 있는 患者는 排便時 胸腹腔의 壓力이 갑자기 높아져 血液循環이 影響을 받게 되어 血管이 怒張되고 心筋虛血 狀態가 되어 心筋梗塞이 誘發될 수 있다고 하였다. 또한 大便秘結로 糞便이 腸腔內에 長期間 停留되면 自家中毒이 發生할 수 있는데, 이는 細菌作用에 의해 indole(C₈H₇N)이 發生하여 糞臭 毒素가 人體 內로 吸收된 所致이다. 大便秘結로 因한 이런 自家中毒은 直腸癌의 原因中의 하나라고 하였다.

3. 臨床 症例 報告

石⁴¹⁾에 依하면 總 85例 中 男子가 76例 女子가 9例였고, 年齡은 52-87歲였으며, 病程은 2個月에서 6年이었는데 純屬便秘者가 37例이었고 合併病者가 48例이었다고 하였다. 症狀은 不大便3-7日 脈弦數 舌苔黃厚 舌中黑垢인 者가 39例, 糞便硬結成塊 脈弦數 舌黃乾燥인 者가 32例, 大便困難 欲便不下인 者가 14例이었다고 하였다. 治法은 潤肺補氣 調理腸胃法을 使用하여 黨蔘 杏仁 芒硝 大黃 甘草 等으로 處方을 構成하였는데 治療 效果는 85例 全部가 服藥2-3貼 後에 便軟이 되었는데, 그 中에서 13例는 便瀉이다가 停藥 後 正常으로 되었고, 49例는 正常 大便으로 된 後 繼續 3-5貼을 服用하여 再發이 없었으며, 36例는 25日에서 1年 사이에 때때로 再發이 되었으나 다시 服藥한 後에 良效가 있었다고 하였다.

黃⁵⁴⁾에 依하면 總 30例 中 男子가 12例 女子가 18例였고, 年齡은 58-84歲였으며, 病程은 1年에서 22年이었는데 그 中에서 多數患者가 其他 疾病을 兼有하고 있었다고 한다. 治方은 濟川煎加減(當歸 太子蔘 肉蓯蓉 枳殼 升麻 牛膝 黃芪 火麻仁 杏仁 桃仁 等)을 使用하여 30例 모두 效果가 있었는데 7貼 以下로 服用한

境遇가 24例였고 14貼을 服用한 境遇도 6例나 되었다고 하였다.

張⁵¹⁾에 依하면 總 40例 中 男子가 17例 女子가 23例였고, 年齡은 55-60歲였으며, 便秘에 腸綜合症을 兼有한 境遇가 25例, 腦出血·腦血栓後遺症에 便秘을 兼有한 境遇가 2例, 前立腺炎으로 因해 發生한 境遇가 1例였으며, 其他가 12例였다고 하였다. 또한 口腔灼熱과 咽喉乾燥를 가진 境遇가 14例, 焦慮·不安·失眠을 가진 境遇가 8例, 大便時 腰腹脹痛한 境遇가 11例, 頭昏脹한 境遇가 6例라고 하였다. 治方은 滋腎潤腸丸(肉蓯蓉 女貞子 桑椹子 柏子仁 生地黃 麥門冬 火麻仁 杏仁 桃仁 大黃 枳實 灸甘草 等)을 使用하여 總有效率 97.5%를 얻었다고 하였다.

蘇⁴²⁾에 依하면 總 42例 中 男子가 13例 女子가 29例였고, 年齡은 49-84歲였으며, 病程은 1年에서 22年이었고, 排便 週期는 3-10日, 排便時 所要時間은 40分-2時間 程度라고 하였다. 症狀은 情緒緊張 煩躁不眠 頭暈耳鳴 手足心熱 脣舌咽乾 渴不多飲 納穀不香 時腹作痛 四肢困倦 舌質紅少津 苔少或無苔 脈細弱或弦或數으로 病因을 脾陰虛症으로 보고 滋脾更衣湯을 使用하여 總有效率 92.86%을 얻었다고 하였다.

張⁴⁹⁾에 依하면 總 400例 中 男子가 276例 女子가 124例였고, 病程은 2年에서 45年이었으며, 排便 週期는 2-4日이 113例, 4-7日이 214例, 7日 以上이 73例였다고 하였다. 이 中에서 冠狀動脈疾患을 兼有한 境遇가 107例, 高血壓을 兼有한 境遇가 84例, 糖尿病을 兼有한 境遇는 49例, 動脈硬化症을 兼有한 境遇는 160例, 痔疾·肛裂을 兼有한 境遇는 215例였다고 하였다. 辨證分型을 해서 肝腎陰虛 191例, 氣陰兩虛 77例, 血虛腸燥 60例, 肝鬱脾虛 65例, 其他型 7例로 나누어 益氣養陰 養血活血을 爲主로 하여 桑椹丸(太子蔘 桑椹子 何首烏 桃仁 枸杞子 肉蓯蓉, 煉蜜作丸)으로 總有效率 98.0%을 얻었다고 하였다.

肖⁵³⁾에 依하면 總 47例 中 男子가 36例 女

자가 11例였고, 年齡은 63-80歲였으며, 病程은 5年에서 18年이었다고 하였다. 西醫에서 慢性單純性便秘라고 診斷받았으며 通便地黃湯(生地黃 熟地黃 火麻仁 黃耆 肉蓯蓉 枳殼 等)을 使用하여 1-4貼에 모두 便通이 되었다고 하였다.

4. 攝生法

虞¹⁸⁾는 “...多服補血生津之劑 助其真陰 固其根本 庶無再結之患 切勿以巴豆·牽牛等 峻劑攻下 雖暫得通快 必致再結愈甚”이라고 하여 老人 便秘는 補血生津之劑를 多用해야지 瀉下之劑를 使用하면 안된다고 하였다.

李²⁷⁾는 “老年人 胃腸功能本弱 易傷難復 食療爲主 藥療爲輔... 飲食量少 質精少渣 惰於動作 長期臥床久坐 情志鬱結”, 劉⁴⁷⁾는 “調節飲食起居 改變不良習慣爲主 藥物治療爲輔”라고 하였고, 田³²⁾은 “生活習慣 飲食習慣改變 勞逸過度 惱怒 氣候變化”, 蔡³⁹⁾는 “低纖維飲食 臥床較長 排便姿勢不適當”이라고 하였으며, 李²⁴⁾는 “或房勞過度 飲食失節 或恣飲酒漿 多食辛辣 飲食之火 起於脾胃 淫慾之火 起於命門 以致火盛水虧 傳送失常 漸成燥結之症”라고 하여 老人 便秘는 藥物療法보다 食餌療法이 爲主로서 纖維質이 많은 菜蔬類 等을 多食하고 刺戟性 강한 飲食이나 纖維質이 적은 膏粱厚味 等을 避하고 適當한 運動을 해야 한다고 하였다.

張⁵⁰⁾은 “「陽主動 陰主靜」 老年陽氣衰弱 故多陰寒內盛而「喜靜」 因此老年人活動少 可之體弱多病而臥床多 使腸蠕動功能下降 而導致便秘... 老年人各个內臟均有不同程度的衰老 以老年人消化功能改變... 故食少且難於消化而喜食低渣精細食物 少食纖維食物而 易發生便秘... 忌過食低渣精細食物及偏嗜... 老年人恐消化吸收不好而多喜食低渣精細食物 應適當食一些含有纖維素的食物防止便秘... 另外 老年人因精神因素往往對食物挑剔 易偏嗜過鹹 或過酸·過甜·過苦·過辛食物 造成陰陽偏盛或偏衰而導致便秘... 忌食肥甘厚味 戒煙酒... 過食肥甘厚味 對脾胃

功能日漸減弱的老年人可造成消化不良 胃腸功能紊亂 同時使胃腸積熱 耗傷津液而大便乾燥硬結... 酒煙爲辛辣之物 可耗傷津液 使腸道艱於傳送而便秘... 有益於老年防止便秘的食物... 多食富含維生素及纖維素的新鮮菜蔬... 平素多食 核桃·胡麻仁類... 治療習慣性便秘... 除了藥物·飲食調理外 適當力所能及的體育鍛鍊 可使腸蠕動加強 減少便秘的發生”이라고 하여 老人 便秘患者가 지켜야 할 生活習慣에 對하여 仔細히 說明해 놓았다.

魏²⁰⁾는 活動量을 增加시키고 適當한 體力鍛鍊을 하여 排便反射와 關聯된 筋의 收縮力을 增加시키며, 肛門을 收縮시켰다가 弛緩시키는 訓練을 反復함으로서 肛門의 張力을 增強시켜야 한다고 하였다. 또한 定해진 時間에 排便하는 習慣을 길러야 하는데 便意에 關係없이 每日 一定 時間에 排便하는 習慣을 가져야 한다고 하였다. 平素에 菜蔬 과일과 纖維質이 많은 飲食物을 먹고 물을 많이 마시며, 每日 아침 일찍 따뜻한 물을 한 잔씩 마시고, 瀉下劑의 習慣적인 服用이나 頻繁한 灌腸을 삼가해야 한다고 하였다.

徐¹⁵⁾는 먼저 正常的인 排便生理를 維持시키고 誘因을 除去하며 瀉下劑의 濫用과 灌腸 習慣을 調整해야 한다고 하였다. 또한 精神이 지나치게 緊張된 心理狀態를 없애며, 定해진 時間에 排便하는 習慣, 生活의 規則性, 活動量의 增加와 適當量의 體力鍛鍊을 하고, 平素에 纖維質이 많은 食事와 每日 아침 起床後 溫水나 少量의 소금물, 꿀물을 한 잔(300-500ml) 마신다고 하였다. 但, 器質性 疾患(腫瘍 肛裂 等)이 있을 境遇에는 原因 治療부터 해야 한다고 하였다.

漆⁴⁰⁾은 老人 便秘를 豫防할 수 있는 攝生法으로 미나리 等과 같은 纖維質이 많은 菜蔬나 참기름 콩기름 等과 같은 植物油, 배 바나나 等과 같은 과일을 多食하고, 1日 1-2回 程度의 定時 排便習慣을 기르며, 充分한 水分攝取와 맵거나 기름에 튀긴 飲食의 攝取를 節制하고,

甚한 習慣性 便秘에는 副作用이 적은 通便 藥物을 適當히 使用한다. 또한 飲酒와 吸煙을 節制하고, 痔疾 肛裂 濕疹 腸管腫瘍 等 便秘에 影響을 미치는 腸管疾患이 있을 境遇에는 并治해야 한다고 하였다.

田³³⁾은 便秘에 其他 症狀이 없는 境遇는 食餌療法로 검은참깨 胡桃肉 松子仁 等を 갈아 꿀을 조금 타서 沖服하면 陰血不足者에 效果가 매우 좋다고 하였다.

李²⁸⁾는 便秘의 豫防法에 對하여 于先 生活를 規則的으로 하면서 每日 適當한 運動을 하고, 반드시 定時 排便習慣을 길러야 하는데 가장 좋은 것은 每日 아침 일찍 起床後 바로 排便하는 習慣을 기르는 것이 좋다고 하였다. 또한 菜蔬와 其他 纖維質이 豊富한 食物을 多食하는데 菜蔬나 果일을 汁을 만들어 마셔도 좋다고 하였고, 每日 아침 일찍 空腹에 꿀물을 한 잔 마시면 潤腸이 된다고 하였다. 但 冠狀動脈疾患이나 腦血管疾患에 있어서는 長時間 用力하여 排便하면 안 된다고 하였다.

劉²¹⁾는 老年人 便秘 患者의 日常飲食은 참깨기름, 땅콩기름, 평지 씨앗의 기름 등과 같은 植物 기름이나 참깨, 바나나, 꿀, 胡桃, 요구르트, 豆乳 등과 같은 과일과 菜蔬, 雜穀 및 潤腸通便할 수 있는 食品을 주로 먹고, 每日 아침 일찍 따뜻한 물이나 열은 소금물, 野菜스프, 豆乳, 果汁 等を 마시는 것이 좋다고 하였다. 그러나 陰虛便秘에는 술이나 커피, 濃茶, 마늘, 고추 및 其他 맵거나 지지고 볶은 刺戟性 飲食을 避하고, 氣血虛와 陽虛便秘에는 生冷하거나 寒涼한 飲食을 避해야 한다고 하였다.

Ⅲ. 考 察

老人 便秘는 老人 特有의 氣血虛弱·陰陽失調·臟腑機能衰弱과 “燥因血少···燥於下即便尿結閉···燥即津液枯竭”⁶⁾이라고 하여 燥症의 基礎 위에 發生하여 虛秘^{14,27)}의 範疇에 該當되

로 靑壯年의 便秘와는 區別하여 治療해야 한다.

病因에 對하여 歷代 文獻에서는 津液不足^{1,18,24,25,26,30,34,37)}, 血少^{18,26)}, 氣鬱²⁶⁾, 氣虛^{23,26,34,37)}, 臟寒^{1,37)}, 氣血虛^{12,26,30)}, 腎陰虛^{24,31)} 等이라고 하였고, 最近 中醫書와 中醫雜誌에서는 氣血陰津虧虛^{27,32,41,45,49,50,53)}, 血虛^{49,50)}, 七情過度 氣機鬱滯^{27,50)}, 陰虛寒結^{27,32,50)}, 臟腑機能衰退^{41,50)}, 氣虛^{49,50)}, 陰虛⁵⁰⁾, 腸燥²⁷⁾, 腎水不足^{42,49)}, 腸胃積熱^{27,32,50)}, 脾陰虧虛⁴²⁾, 肺氣不降⁴²⁾ 等으로 보았다. 津液不足·腎陰虛·陰虛·血少·血虛·氣血陰津虧虛·脾陰虧虛·氣血虛 等은 陰津虧虛에 該當되어 主 病因을 이루고 있고, 氣虛와 陽虛(臟寒) 및 七情過度로 因한 氣機鬱滯, 腸胃積熱 等으로 要約될 수 있다.

綜合하면 陰津虧虛를 가장 主된 病因으로 보았는데 이는 “燥因血少 燥即津液枯竭”⁶⁾, “腎主五液···腎虛則津液竭”²⁴⁾이라고 하여 年老로 臟腑機能이 衰退하고 特히 腎虛로 陰津이 虧少해진 燥症으로 把握하였다. 또한 老年期의 精神心理的 變化에 依한 氣機鬱滯도 便秘의 主要 病因으로 보았으며, 그 外 氣虛·陽虛·臟寒·腸胃積熱 等이 있다. 陰津虧虛·氣虛·陽虛·臟寒은 虛症에 屬하고, 氣機鬱滯·腸胃積熱 等은 모든 年齡層에서 나타날 수 있으며 實症에 該當되어 靑壯年의 便秘일 境遇에는 清熱瀉下·降氣導滯通下¹⁴⁾ 等 標症을 瀉下法으로 急治할 수 있으나, 老人性인 境遇는 臟腑機能이 衰退하고 氣血陰陽이 虧損된 狀態에서 飲食이나 七情過度 等으로 나타나므로 本虛標實에 該當되어 單純한 實證으로 보고 攻下할 수는 없을 것으로 思料된다. 臟腑的으로는 “腎虛則津液竭···燥屬腎 結屬脾”²⁴⁾, “脾胃運化失常 腎陽不足”⁵⁰⁾, “病在大腸···肺氣不降 腎水不足 脾陰虧虛”⁴²⁾라고 하여 腎陰虛를 爲主로 脾·肺·大腸과 密接한 關係가 있다고 보았다.

歷代 文獻과 最近 文獻에서 病因을 比較해 보면 歷代 文獻에서는 津液不足이나 氣血虛 等이 壓倒的으로 많았는데 比해, 最近 文獻에

서도 津液不足이나 氣血虛 등은 基本的으로 舉論되던서도 그와 아울러 氣機鬱滯나 腸胃積熱 등이 크게 擡頭되고 있음을 알 수 있는데, 이는 食生活의 豊饒와 社會의 複雜化로 精神心理的 要因이 加重되고 있는 오늘날의 狀況을 잘 反映하는 것으로 思料된다.

또한, 西洋醫學的 病因과 比較해 보면 腸管의 機能低下와 蠕動運動의 減弱은 氣血陰津虧虛·氣虛·陽虛·臟腑機能衰弱 등으로 因한 虛症의 便秘에 該當되고, 脂肪·蛋白質 등의 過多攝取는 腸胃積熱로 因한 便秘에 該當되며, 心性·情緒性이나 精神的 stress는 氣機鬱滯로 因한 便秘에 該當될 것으로 생각된다.

辨證分型은 津血虧虛 陰液不足·氣血兩虛·血虛·腎陰虧虛·脾肺氣虛·脾腎陽虛·肝脾氣滯 氣機鬱滯·腸胃積熱로 要約될 수 있는데, 歷代 文獻에서와 같이 津血虧虛 陰液不足이 老人 便秘의 主要 類型이고 脾肺氣虛의 氣虛便秘, 脾腎陽虛의 陽虛便秘 및 肝脾氣滯로 因한 氣鬱便秘와 腸胃積熱로 因한 便秘로 分類될 수 있을 것으로 생각된다.

治法과 治方은 陰津虧虛 津血不足이 本病의 主要 病因이고 辨證施治에도 가장 頻用되었으며 “燥者潤之 養血之謂也”⁶⁾라고 하여 養血潤燥滋陰生津法을 使用하였고, 氣血兩虛에는 益氣養血潤腸, 血虛에는 養血潤燥通便, 腎陰虛에는 滋陰潤燥生津이라고 하여 이들은 大概 類似한 治法과 治方을 使用하여 辨證施治하고 있다. 卽 潤腸湯 增液湯을 多用하고 그 外 五仁丸 四物湯 地黃丸 腎氣丸 六味 左歸飲 등을 使用하며, 藥物은 生地黃 麥門冬 玄蔘 熟地黃 當歸 火麻仁 胡麻仁 郁李仁 柏子仁 등의 滋陰之劑를 多用하였다.

脾肺氣虛·脾腎陽虛·肝脾氣滯·腸胃積熱 등은 各 類型에 따라서 補益脾肺 益氣潤腸에는 補中湯 黃芪湯 補中益氣湯 黃芪建中湯 등을 使用하였고, 藥物은 黃芪 黨參 何首烏 五味子 등의 益氣之劑를 多用하였다. 溫補脾腎 溫通寒凝에는 濟川煎 四神丸 溫脾湯을 多用하였고 附

子理中湯 菴蓉潤腸丸 半硫丸 등을 使用하였으며, 藥物로는 肉菴蓉 破古紙 吳茱萸 附子 乾薑 肉桂 등의 補陽之劑를 使用하였다. 理氣導滯 降氣行滯에는 六磨湯 三和散 四逆散을 多用하였고 蘇子降氣湯 柴胡疏肝散 厚朴三物湯 更衣丸 등을 使用하였으며, 藥物은 木香 沈香 烏藥 檳榔 枳實 등의 行氣之劑를 多用하였다. 泄熱潤腸通便에는 增液承氣湯 麻子仁丸을 多用하였으며, 藥物로는 麻子仁 大黃 枳實 厚朴 杏仁 芍藥 芒硝 등의 清熱下氣之劑를 使用하였다.

辨證에 따라 多用된 處方은 潤腸湯 增液湯 黃芪湯 濟川煎 六磨湯 麻子仁丸으로서 老人 便秘의 治療에 各 辨證에 따른 通治方으로 應用될 수 있고, 特히 潤腸湯 濟川煎 麻子仁丸은 모든 老人 便秘에 隨症加減하여 應用할 수 있을 것으로 思料된다. 또한 各種의 辨證分型이 있지만 老人 便秘가 燥症과 本虛標實의 範疇에 屬하므로 養血潤燥生津法을 基本으로 한 後 다시 辨證을 하여 治法을 追加해야 할 것으로 思料되며, 生地黃 麥門冬 玄蔘 肉菴蓉 熟地黃 當歸 桃仁 麻子仁 郁李仁 柏子仁 등은 老人 便秘의 治療에 必須的으로 應用되어야 할 藥物로 생각된다. 大黃·芒硝·巴豆·牽牛 등은 標症이 아주 甚할 때 急症을 解消할 目的으로 暫時 使用하는데, 一時的인 通便은 可能하나 停藥 後 大便不通이 더 甚해진다고 하였으므로¹⁸⁾ 使用에 慎重을 기해야 할 것으로 생각된다.

臨床症例^{41,42,49,51,53,54)}를 分析·考察해 보면 年齡은 60歲 以上으로 平均 65歲 前後에서 頻發하였고, 病程은 最少 2個月에서 最大 45년까지였으며 排便週期는 平均 2-7日이었다. 單純便秘⁵³⁾보다는 다른 合併症을 兼하고 있는 境遇가 많았는데 特히 高血壓·糖尿病·動脈硬化·冠狀動脈疾患·腦血管障碍(腦出血·腦梗塞 等) 등의 循環器系와 腦血管系 疾患이 大部分이었고 그 外에 痔疾·肛裂·前立腺炎 等도 있었다.

治法은 益氣養血 養陰生津 潤腸通便하는 濟川煎 滋腎潤腸丸 滋脾更衣湯 桑椹丸 通便地黃

湯을 使用하였는데, 辨證施治에서 陰津虧虛가 老人 便秘의 主要 病因·辨證分型이고 治法 또한 養血潤燥滋陰生津法으로 文獻상의 考察이 臨床症例과 一致하고 있다. 有效率은 대체로 7 日 前後에서 便通이 되었다고 하여 有效率이 90% 以上이지만 便通後 再發 防止를 爲하여 規則的인 排便習慣이 길러질 때까지 服用을 繼續해야 된다고 하였으며^{42,49,51)}, 慢性病이 併發된 境遇는 便秘를 標治하면서 慢性病에 對한 本治가 이루어져야 할 것으로 思料된다.

이는 特히 最近 食生活의 西歐化와 老人들의 社會的 疏外에 依하여 成人病·慢性病 및 精神心理的 疾患이 增加하고 있는 趨勢에 比추어 볼 때, 代表的인 成人病·慢性病人 肥滿과 高血壓·糖尿病·高脂血症·動脈硬化症·腦血管障礙 等の 循環器系·腦血管系 疾患들은 칼로리·脂肪·sodium 等の 過剩 攝取, 吸煙·飲酒, 運動不足, 過勞, stress, 耐糖能障礙 等の 危險因子가 長期間 作用하여 肥滿·高血壓·糖尿病·高脂血症 等を 招來하고, 나아가서 動脈硬化로 發展하여 血栓形成이나 血管 痙攣 等이 併發해 狹心症·心筋梗塞·腦血管障礙 等を 招來하게 된다고 하였는데,²⁵⁾ 이러한 成人病·慢性病을 일으키는 病因들이 老人 便秘와 類似하여 胃腸의 排便反射와 排便反射中樞를 紊亂시켜 老人 便秘를 誘發하며, 便秘를 가진 患者들은 腸管의 蠕動運動 減少와 消化機能의 低下, 적은 食事量과 纖維質이 적은 食事を 하고 排便反射神經의 弱化和 排便習慣의 紊亂 等으로 體內 新陳代謝 過程이 圓滑하지 못해 成人病·慢性病의 進行을 더욱 促進시킬 것으로 思料된다.

따라서 治療에 앞서 豫防·調理가 重要한데 便秘가 老化로 因한 臟腑機能의 衰退와 飲食起居·生活習慣에서 오는 附隨的인 症狀이므로 그 原因을 調節하지 않고는 根源 治療가 어려울 것으로 생각된다. 따라서 高血壓 動脈硬化 糖尿病 高脂血症 腦血管障礙 等の 循環·腦血管系 疾患과 心不全, 肝硬變, 甲狀腺機能低下症 副甲狀腺機能亢進症 腦下垂體機能低下症

痔疾 肛裂 前立腺肥大 直腸炎 結腸癌 膀臟癌 腸管腫瘤 等の 器質性 疾患이 있는 境遇는 于先 그 原因 疾患부터 治療를 해야 하겠지만, 一般的으로 單純한 藥物療法이나 灌腸療法보다는 食餌療法, 運動療法 및 生活習慣이 重要할 것으로 思料된다.

食餌療法은 充分한 水分攝取를 하고, 미나리 배 바나나 豆乳 검은참깨 胡桃肉 松子仁 요구르트 콩기름 참기름 땅콩기름 等과 같이 纖維質이 豊富한 菜蔬·과일이나 滋潤한 飲食物을 多食함으로서 糞便의 量을 增加시켜 排便反射를 促進하고, 滋陰養津함으로서 潤腸通便作用을 增加시킬 것으로 思料된다. 그러나, 飲酒 吸煙 咖啡 濃茶 고추 마늘이나 지지고 볶은 刺戟性 飲食物은 津液을 損傷시키고 痰飲의 發生을 增加시켜 陰津虧虛를 促進해 證狀을 加重시키고, 運動療法은 活動量의 增加와 適當한 體力鍛鍊으로 腹筋 橫膈膜筋 腸壁平滑筋 肛門舉筋 等の 排便反射와 關聯된 筋의 收縮力을 增加시킬 것으로 생각된다.

生活習慣은 1日 1-2回 程度의 規則的인 定時 排便習慣을 기르는데 特히 每日 아침 起床後 바로 排便하는 習慣이 가장 좋다고 하였고, 每日 아침 空腹에 따뜻한 물이나 꿀물, 열은 소금물, 야채스프, 豆乳, 果汁 等を 먹는 것이 좋다고 하였으며, 지나치게 緊張된 心理狀態를 없애야 한다고 하였다. 卽 老人 便秘의 發生이 人體 臟腑機能의 衰退로 因해 食餌의 變化, 運動量의 減少, 生活習慣의 紊亂 및 精神心理的 萎縮으로 因해 發生하므로 食餌療法 運動療法 生活習慣의 調整은 藥物 治療에 앞서 老人 便秘에 있어 가장 重要的 部分으로 생각된다.

以上에서 살펴 보았듯이 老人 便秘는 靑壯年의 便秘와는 달리 老化로 因한 臟腑機能의 衰退와 氣血陰陽失調·陰津虧虛 等の 內部的 要因과 飲食起居·運動不足·排便習慣·精神心理的 要因 等の 外部的 要因이 複合的으로 作用하므로 辨證施治에 注意를 要하며, 藥物療法과 함께 生活習慣의 調節이 重要할 것으로 생각된다.

IV. 結 論

老人 便秘에 對한 文獻의 考察을 通해 다음과 같은 結論을 얻었다.

1. 老人 便秘는 燥症과 虛秘의 範疇에 屬하고, 臟腑의으로는 腎을 爲主로 肺·脾·大腸과 關係가 있다.
2. 病因은 陰津虧虛가 爲主이고 氣虛, 陽虛(臟寒) 및 氣鬱, 腸胃積熱 등이 있으며, 治法은 養血潤燥滋陰生津이 爲主이고 病因에 따라 益氣潤腸, 濫補脾腎, 理氣行滯, 泄熱潤腸 등이 있다.
3. 治方은 病因에 따라 潤腸湯, 增液湯, 黃芪湯, 濟川煎, 六磨湯, 麻子仁丸 등을 使用하였으며, 潤腸湯, 濟川煎, 麻子仁丸은 通治方으로 使用할 수 있을 것으로 여겨진다.
4. 治療 藥物은 生地黃 麥門冬 玄蔘 등의 滋陰之劑, 黃芪 黨參 何首烏 등의 益氣之劑, 肉苻蓉 破古紙 등의 補陽之劑, 木香 沈香 烏藥 등의 行氣之劑, 麻子仁 大黃 枳實 厚朴 등의 清熱下氣之劑 등이 使用되었는데, 生地黃 麥門冬 肉苻蓉 當歸 麻子仁 柏子仁 郁李仁 桃仁 등은 必須의으로 應用되어야 할 藥物로 思料된다.
5. 臨床症例에서 病程은 10-20年 程度였으며 排便週期는 平均 4-7日 程度였고, 大概 高血壓·糖尿病·動脈硬化·腦血管障礙 등의 慢性病을 兼有하고 있었다. 益氣養血 養陰生津하는 治法을 使用하여 有效率이 90% 以上이었고 7日 前後에서 通便이 되었다.
6. 老人 便秘는 肥滿과 高血壓·糖尿病·動脈硬化·高脂血症·腦血管障礙 등의 慢性病에 依해 續發되거나 促進되므로 藥物療法에 앞서 飲食調節과 適當한 運動, 올바른 排便習慣 및 精神心理的 安靜 등이 豫防과 治療에 重要할 것으로 思料된다.

參考文獻

1. 姜明吉 : 濟衆新編, 서울, 杏林書院, pp.109-111, 1975.
2. 徐舜圭 : 成人病·老人病學, 高麗醫學, p.120, 198, 232, 334, pp.340-342, 1992.
3. 醫學教育研修院篇 : 家庭醫學, 서울大學出版部 pp.166-169, 1995.
4. 李文鎬 外 : 內科學(上), 金剛出版社, pp.107-108, 112-113, 1979.
5. 최영희 外 : 老人看護學, 壽文社, p.145, 1985.
6. 許 浚 : 東醫寶鑑, 서울, 南山堂, pp.194-195, 416-417, 1989.
7. 黃度淵 : 醫宗損益, 서울, 醫藥社, p.181, 1976.
8. 黃義完 等 : 東醫精神醫學, 서울, 現代醫學書籍社, pp.637-638, 1989.
9. 姜在春 : 便秘에 對한 文獻의 考察, 大韓韓方內科學會誌 15(2), pp.165-173, 1994.
10. 朴東源 : 便秘에 對한 文獻의 考察, 大韓漢醫學會誌 創刊號, pp.4·702-4·707, 1980.
11. 李文瑞 : 老年性便秘의 辨證論治, 東洋醫學 14(1), pp.63-67, 1988.
12. 龔廷賢 : 增補萬病回春, 서울, 一中社, p.249, 1991.
13. 方藥中 等 : 實用中醫內科學, 서울, 醫聖堂, pp.247-248, 1993.
14. 上海中醫學院 : 中醫內科學, 商務印書館, pp.77-78, 1983.
15. 徐東白 外 : 老年保健與長壽指南, 四川科學技術出版社, pp.282-285, 1987.
16. 巢元方 : 巢氏諸病源候論, 臺中, 昭人出版社, p.60, 1986.
17. 沈連生 外 : 老人保健中成藥, 人民衛生出版社, pp.183-187, 1984.
18. 虞搏 : 醫學正傳, 서울, 成輔社, pp.290-291, 1986.

19. 王琦 外：黃帝內經素問今釋，서울，成輔社，pp.215-216，1983.
20. 魏太星 外：祛病篇，河南科學技術出版社，pp.89-91，1985.
21. 劉國普：老年病飲食療法，上海科學普及出版社，pp.66-70，1994.
22. 李南：老人小病自療，明窓出版社，p.112，1989.
23. 李東垣：東垣十種醫書，五洲出版社，p.211，1979.
24. 李用粹：證治彙補，臺北，旋風出版社，pp.461-465，1985.
25. 李中梓：醫宗必讀，서울，一中社，p.275，1991.
26. 李梴：國譯篇注醫學入門，서울，南山堂，p.367，1988.
27. 李聰甫：傳統老年醫學，湖南科學技術出版社，p.397-399，1988.
28. 李暉：老年健康顧問，湖北科學技術出版社，pp.10-12，1984.
29. 張達榮 外：老年病防治手冊，同濟大學出版社，pp.68-70，1989.
30. 張子和：儒門事親，旋風出版社，p.3，1987.
31. 錢鏡湖：辨證奇聞全書，서울，大星文化社，p.363，1992.
32. 田金洲：中醫老年病學，天津科學技術出版社，p.291-297，1994.
33. 田金洲 外：中醫長生抗老述，華夏出版社，pp.91-94，1991.
34. 趙獻可：醫貫，서울，情談，pp.87-88，1993.
35. 周命新：醫門寶鑑，서울，杏林書院，p.283，1975.
36. 周曾同 外：中老年疾病自我診療，上海新華出版社，pp.52-56，1994.
37. 朱震亨：丹溪醫集，北京，人民衛生出版社，pp.606-608，1993.
38. 陳士澤：石室秘錄，서울，杏林書院，p.167，1973.
39. 蔡醒華 等：實用老年病手冊，天津科學技術出版社，p.193，1987.
40. 漆浩 外：中老年養生妙述，中國婦女出版社，pp.64-66，1990.
41. 石熹亮：加味調胃承氣湯治療老年性便秘85例，陝西中醫 3期，p.115，1991.
42. 蘇石山：滋脾更衣湯治療老年性便秘42例，湖北中醫雜誌 3期，p.12，1991.
43. 什品 等：老年慢性便秘的辨證治療，吉林中醫藥 5期，p.19，1993.
44. 伍翀：便秘治療二十四法，上海中醫藥雜誌 2期，pp.24-25，1994.
45. 牛天福 等：中醫藥治療老年性便秘概況，山西中醫 3期，pp.44-46，1992.
46. 袁德培：老年性便秘病機與防治淺談，陝西中醫 10期，p.457，1993.
47. 劉麗坤：中醫藥治療老年性便秘概況，山西中醫 3期，p.46，1992.
48. 張建明：便秘別治四法，江蘇中醫 8期，pp.8-9，1991.
49. 張思佳 等：桑椹丸治療老年性便秘的臨床觀察，中醫雜誌 8期，pp.36-37，1992.
50. 張和平：老年便秘的臨床特點及辨證施治，雲南中醫雜誌 1期，pp.45-47，1991.
51. 張興成 等：滋腎潤腸丸治療老年便秘40例療效觀察，四川中醫 12期，pp.31-32，1994.
52. 田茂林 等：老年慢性便秘的辨證治療，吉林中醫藥 5期，p.19，1993.
53. 肖裕光：通便地黃湯治療老年慢性便秘，新中醫 5期，p.55，1992.
54. 黃曉桃：濟煎煎加減治療老年頑固性便秘30例，湖北中醫雜誌 2期，p.53，1994.

ABSTRACT

A Literature Study of Senile Constipation

Jeong, Chang-hwan. Shin, Hyeon-chul.

Jeong, Ji-cheon

Dept. of Internal Medicine, College of Oriental Medicine, Dongguk University

This study was performed to investigate concept, systems, causes of disease, pathogenic mechanisms, therapies and prescriptions about senile constipation through the successive medical literature, recent Chinese medical literature and Chinese medical journals.

Senile constipation seems to be applicable to dryness syndrome and constipation of insufficiency type, have something to do with kidney (the most), lung, spleen and large intestine. The most principal cause of disease is yin-fluid, the rest deficiency of qi, insufficiency of yang, stagnation of qi and retention of fever etc. There are enriching the blood and moistening dryness in principal therapy, the rest are invigorating qi and loosening the bowel, warming and invigorating the spleen and kidney, regulating the flow of qi and promoting the stagnancy of qi and expelling the pathogenic heat etc. In prescriptions there are Yunjangtang, Jengaektang, Hwanggitang, Jechunjeon, Yukmatang and Majainhwan as the causes of disease, meanwhile are Yungjang-tang, Jechunjeon and Majainhwan in the vulgaris prescriptions. And in medical herbs there are

nourishing yin medicines as *Rhizoma rehmanniae*, *Radix ophiopogonis* and *Radix scrophulariae* etc., invigorating qi medicines as *Radix astragali*, *Radix codonopsis* and *Radix polygoni multiflori* etc., invigorating yang medicines as *Caulis cistanchis* and *Semen psoraleae* etc., promoting qi circulating medicines as *Radix saussurea*, *Lignum aquilariae* and *Radix linderae* etc., and reducing fever and therapeutic method to keep the adverse qi flowing downward medicines as *Semen cannabis*, *Rhizoma rhei*, *Fructus immaturus ponciri*, and *Cortex magnoliae* etc.. Meantime *Rhizoma rehmanniae*, *Radix ophiopogonis*, *Caulis cistanchis*, *Radix angelicae gigantis*, *Semen cannabis*, *Semen biotae*, *Semen pruni japonicae* and *Semen persicae* in principal herb-medicines. In clinical reports the process of disease was between 10 to 20 years, the evacuation cycle between 4 to 7 days, generally possessed chronic diseases as hypertension, diabetes, arteriosclerosis and cerebro-vascular disorders etc. and the efficiency rate was more than 90%. The senile constipation is occurred in succession or promoted by chronic diseases as obesity, hypertension, diabetes, arteriosclerosis, hyperlipemia, cerebro-vascular disorders etc., so diet-regulating, adequate exercise, proper evacuation-habit and psychologic rest etc. are important more than medicine-treatments.