

『痛み・かゆみ・便秘に悩んだらオシリを洗うのはやめなさい』発刊 あさ出版
オシリのトラブルに関するアンケート調査取材増加中！なぜ、いまオシリのトラブルに、
関心が集まっているのか！

書籍『痛み・かゆみ・便秘に悩んだらオシリを洗うのはやめなさい』佐々木みのり（著）を発刊した株式会社あさ出版（代表取締役：佐藤和夫、所在地：東京都豊島区）では、20歳以上の男女521人を対象に、オシリに関するアンケート調査を実施いたしました。

調査概要

調査対象：20歳以上の男女／調査日：2021年4月21日／調査方法：インターネットによる任意回答
調査人数：521人（女性239人/男性282人）

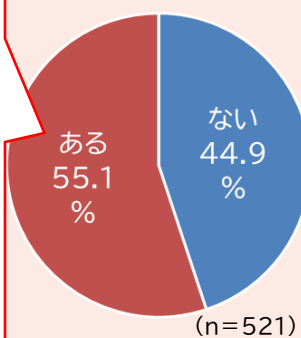
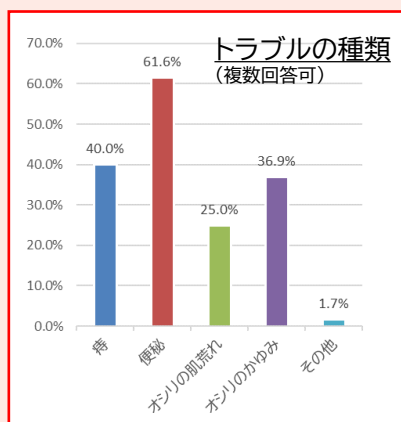
アンケート実施の理由

書籍『痛み・かゆみ・便秘に悩んだらオシリを洗うのはやめなさい』佐々木みのり（著）を昨年12月24日に発刊以降、ラジオ、テレビ、雑誌、オンラインメディアなど、多くのメディアで、当書籍が取り上げられ、性別年齢問わず多くの方から反響をいただいています。

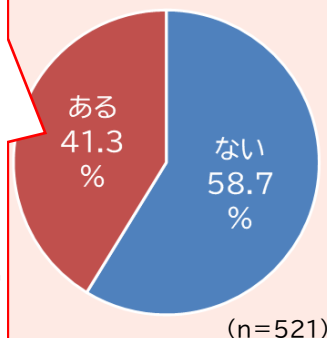
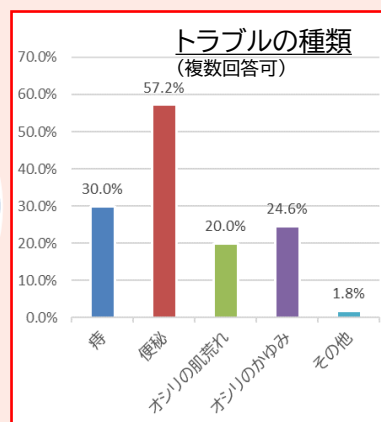
なぜ今、オシリのトラブルが注目されるのか、また日本人のオシリに何が起きているのかを読みとくべく調査いたしました。

オシリのトラブルについて

Q. 過去3年以内でオシリのトラブルはありますか？



Q. 現在オシリのトラブルはありますか？



- ・過去3年間の「オシリのトラブルの有無」に関する質問には、**5割強**が「経験あり」と回答。（1位 便秘 61.6%、2位 痔 40.0%、3位 かゆみ 36.9% 4位 肌荒れ 25.0% 複数回答）。
- ・現在も「オシリのトラブル」があると**4割弱**の人が回答。

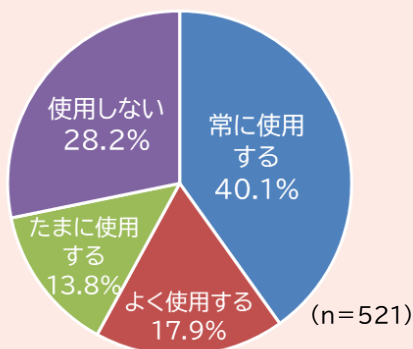
オシリのトラブルについて、『痛み・かゆみ・便秘に悩んだらオシリを洗うのはやめなさい』著者である肛門科医の佐々木みのり氏によるコメント（以下、佐々木氏）

なかなか人に相談したり病院に行ったりするのに勇気がいるオシリのトラブルだけにあまり表に出てきていませんが、悩んでいる方は少なくありません。

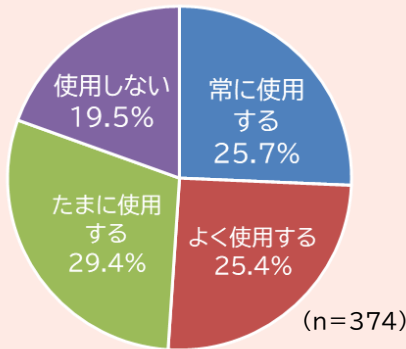
さらに**コロナ禍により座る時間が増えたことで痔になるなどトラブルに見舞われる人も**、増えています。

温水洗浄便座の利用について

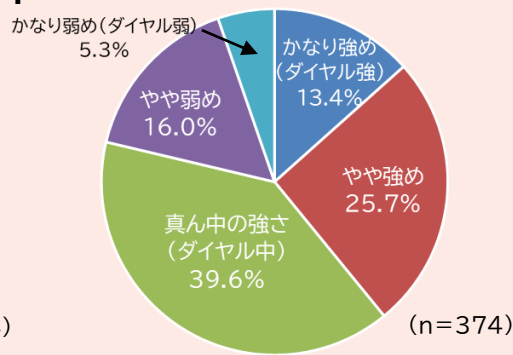
Q.トイレを利用する際、温水洗浄便座を利用しますか？



Q.温水洗浄便座を使用する人に質問です。外出中にトイレを利用する際、温水洗浄便座は利用しますか？



Q.温水洗浄便座を利用する人に質問です。洗浄時の水の強さはいつもどれくらいですか？



・温水洗浄便座利用者は全体の**7割以上**。そのうち**8割以上**が外出中も温水洗浄便座を利用している。

・温水洗浄便座利用者の**9割強**がオシリにとって刺激が強すぎる。「やや弱め以上」の水圧を使用している。

温水洗浄便座の利用について、佐々木氏コメント

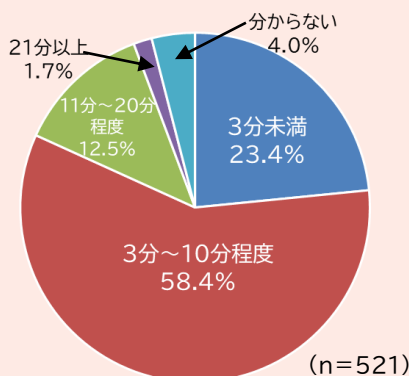
オシリをキレイにしなくちゃと洗い続けている人ほど、肛門はボロボロになり、ヒリヒリする、かゆい、ベタベタするなど様々な症状が引き起こされています。

さらに**強い水圧で肛門を洗浄すると、肛門の皮膚が傷付き、切れ痔のようになってしまい**排便が苦痛になったり温水が肛門の中まで入ってしまい直腸が傷付き、大出血を起こしたケースもあります。肛門の中に入った温水が、残った便と混じり「便汁」となって下着を汚すという現象が起き、便漏れと勘違いして駆け込んでくる若い女性も少なくありません。温水洗浄便座が原因と思われる性病も増えてきています。

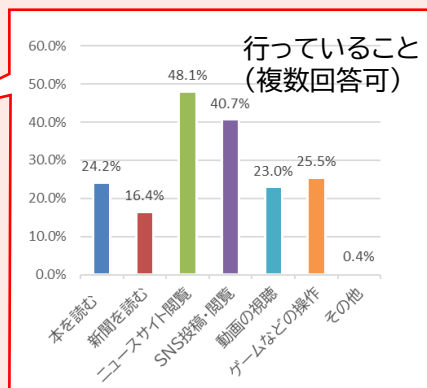
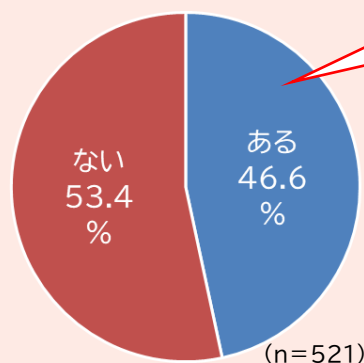
また**外出先で温水洗浄便座を使用することは感染のリスクもあり、オススメしません。新型コロナウイルスを媒介する危険もあります。**

トイレ中の過ごし方に関すること

Q.大便の際、トイレにどのくらいの時間滞在することが多いですか？



Q.トイレ中に行っていることはありますか？



・大便の際、3分~10分程度トイレに滞在する人が**約6割**、また**1割弱**の人が11分以上滞在している

・**半数近く**の人がトイレ中に何かを行っており、そのうち最も行っていることは、ニュースサイトの閲覧(48.1%)。

トイレ中の過ごし方について、佐々木氏コメント

私が患者さんに指導しているトイレ時間は5分以内です。ドアを開けてトイレに入って用を足し、手を洗って出るまでの時間です。排便でいきむ時間は30秒以内、1回のいきみは5秒以内です。便意もないのにトイレに入って長時間座るのは禁物。オシリがうっ血して腫れてしまいます。読書やスマホも厳禁です。

自宅のトイレで長時間くつろぐ習慣がある人は多いようです。トイレで長時間くつろいでしまうことはオシリのトラブルを生みだしてしまいます。

書籍名『痛み・かゆみ・便秘に悩んだら オシリを洗うのはやめなさい』

刊行日:2020年12月25日(金) 価格:1,430円(10%税込)

ページ数:216ページ

ISBN: 978-4-86667-135-2

著者名:佐々木 みのり

紹介ページ:

<http://www.asa21.com/book/b548609.html>

【目次】

はじめに

第1章 意外と知らない「オシリ」の話

第2章 「オシリをキレイにしなくちゃいけない」は大間違い!?

第3章 オシリのトラブルで多いのは、やっぱり「痔、!?

第4章 出ている「出口」に残る「出残り便秘」

第5章 正しいトイレの入り方、
ケアを知ることによってオシリのトラブルは改善できる第6章 知っておきたいオシリに良いこと
生活習慣&食事&マッサージ(イラストで解説)

おわりに

【著者プロフィール】



佐々木 みのり (ささき みのり)

肛門科医／大阪肛門科診療所副院長

明治45年創立、100年以上の歴史を持つ大阪肛門科診療所の副院長であり、数少ない女性の日本大腸肛門病学会認定 大腸肛門病専門医・指導医。元皮膚科医という異色の経歴を持ち、肛門と美容の関係を両側から診断できる日本で唯一の医師。元皮膚科医という経歴を活かし、オシリのかゆみ「肛門そう痒症」や「出残り便秘®」を改善することによるニキビ治療など、皮膚科の知識を取り入れた独自のアプローチを展開。「出残り便秘®」を改善することによって、「切らない痔治療」を実践。自由診療にもかかわらず日本全国、海外からも多くの患者が訪れている。

「世界一受けたい授業(日本テレビ)」「おはよう朝日です(朝日放送)」「痛快! 明石家テレビ(毎日放送)」などのテレビほか、メディア出演多数。



【会社概要】

会社名:株式会社あさ出版 代表取締役 佐藤和夫

所在地:東京都豊島区南池袋2-9-9 第一池袋ホワイトビル6F

TEL:03-3983-3225 FAX:03-3983-3226 URL:<http://www.asa21.com>

事業内容:1991年設立。ビジネス書、健康関連、教育関連、語学テキスト等を中心にした書籍編集発行を行う。
『日本でいちばん大切にしたい会社』『死ぬくらいなら会社辞めれば』ができない理由(ワケ)』等発行。

『オシリに関するアンケート調査』および書籍『オシリを洗うのはやめなさい』に関する
ご取材ぜひご検討ください。お問い合わせ先。

内沼 香織 03-3983-3225/080-7650-3729/uchinuma@asa21.com

古垣 智也 03-3983-3225/090-4424-6911/furugaki@asa21.com