

# うんちエイジング

## 便秘治療のウソホント

高野正太著 発行：柏艚舎 / 発売：星雲社

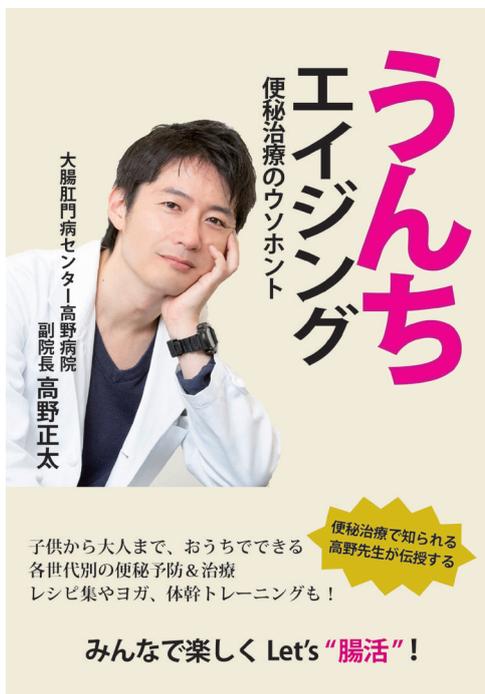
新刊委託ご注文日：2021年4月14日

ISBN978-4-434-28848-7 C 0047 / 46判 / 並製 / 184頁 / 1,430円(税込)

2021年4月下旬発売予定

**メディアにも多数出演している便秘治療の世界的名医、  
高野先生が各世代別の便秘予防&治療を伝授する！**

**すべての基本は、まず腸から！  
みんなで楽しく腸活しよう。**



**【目次（一部）】**

- ・第1章 まずは全世代に共通する便秘の基礎知識を知ろう！  
(あなたの腸はいろいろ考えている!? ほか)
- ・第2章 あなたの便秘の原因は？ 闇雲に治療する前に！  
(便秘のタイプを自分で知るには？ ほか)
- ・第3章 これが基本！ 全世代に共通する便秘治療  
(便秘治療食～レシピ集～/ヨガで体ねじり ほか)
- ・第4章 小児の便秘  
(子供の便秘の原因:多いのは水分不足/学校でうんちしたことある? 他)
- ・第5章 中学生、高校生の便秘  
(ダイエットが便秘の原因/激しく運動すればいいってもんじゃない 他)
- ・第6章 青年から中年の便秘  
(更年期障害と便秘/アレルギーや口臭も腸のせい 他)
- ・第7章 高齢者の便秘  
(繊維の摂りすぎに注意/腸がルーズソックスに/うつぶせ寝がよい? 他)
- ・第8章 どの段階でどんな病院を受診すればいいの？  
(大腸がんが隠れているかも/コロナ禍と便秘/オンライン便秘診療 他)

**高野正太 (たかの しょうた)** : 1970年生まれ。熊本市出身。1999年、東京医科大学医学部卒。慶應義塾大学病院を経て、2005年特定医療法人社団高野会高野病院入職。2010年、米国フロリダ州のクリーブランドクリニックフロリダに留学。2013年に帰国し、高野病院に復職。現在、同病院にて、肛門科部長および大腸肛門機能診療センター長兼副院長。

FAX でのご注文はこちら

**FAX**  
**011-219-1210**

TEL 011-219-1211  
札幌市中央区北2条西3丁目1  
タケサトビル6F

HP : <http://www.hakurosy.com/>  
発行：柏艚舎 / 発売：星雲社

\*自動配本はほとんどいたしません。どの取次からも納品できます。弊社書籍は返品時フリー入帳です。

書店名(番線)	新刊委託	<h1>うんちエイジング</h1> <p>便秘治療のウソホント</p> <p>高野正太 著</p> <p>■ 46判 並製 184頁 ■ 1,430円(税込) ■ ISBN 978-4-434-28848-7 C0047</p>	注文数(新刊委託)	ご担当
				日付
札幌市中央区北2条西3丁目1 タケサトビル6F TEL 011-219-1211 ■発行：柏艚舎 ■発売：星雲社				冊