

●はなせ診療所そよ風だより No56

2015年5月内科 吉澤泰介

◎ほとんどの人は、年を重ねると、排尿に関し何らかの問題を抱えるようになります。

1) 排尿のトラブルについて

具体的には、頻尿(尿の回数が多い)、尿意切迫感(排尿したいと思ったら、すぐでてしまう)、尿の勢いが低下する、尿が途中で途切れる、尿が分かれて飛び散る、排尿後も残った感じがある。排尿時に痛みを伴うとかです。

頻尿に関していえば、男性に特徴的な前立腺肥大症は、さっきトイレに行ったのにまた行きたくなる、夜間トイレに1~2時間ごとに行き、睡眠不足で寝れない。初期は頻尿から始まり、夜間回数が多くなり、尿が全く出なくなり、最悪の場合は、うんうんうりながら救急車で運ばれて、病院で管を入れて尿を出したりすることもあります。この病気には適切な薬があり、手術もしたりしますので、一度そういう症状のある方はご相談ください。

頻尿も過活動膀胱といって、先の前立腺肥大症や、脳梗塞など脳の神経がやられておこったり、風邪薬で起こったり、緑内障の目薬で起こったり、膀胱癌や膀胱炎など原因がはっきりしておこる場合や、原因がはっきりしないでおこる場合もあります。

2) 女性が年を重ねると、骨盤の臓器が外に飛び出すことがある

人間の知能が発達したために脳が大きくなり、分娩時、頭が通過する際、陰部がダメージを受け、直立二足歩行へ進化し、体重がいつも骨盤の底にかかっている、女性が年をとると、その圧力により尿がもれたり、骨盤の臓器である膣や子宮、腸が外に飛び出したりすることがあります。咳やくしゃみをする、何か変なものが出てくるとか、入浴時につるつとしたピンポン玉みたいなものに触れたりするのであれば、子宮癌健診を年に1回受けるときに、婦人科の先生に相談する程度でよいと思われます。

実際見た目は外に出てないのですが、本人が内臓が下がってくる感じがしてつらくて困るという訴えに、西洋医学では薬はないのですが、漢方には臓器を引き上げるという、升麻(しょうま)という薬草が入った補中益気湯(ほちゅうえきとう)があり、とてもよく効きます。

◎主要な下部尿路の症状のスコア(CLSS)です。点数計算してみてください。

表3 主要下部尿路症状スコア (CLSS)

この1週間の状態に当てはまる回答を1つだけ選んで、数字に○を付けてください。

何回くらい、尿をしましたか		0	1	2	3
1	朝起きてから寝るまで	7回以下	8~9回	10~14回	15回以上
2	夜寝ている間	0回	1回	2~3回	4回以上
以下の症状が、どれくらいの頻度でありましたか					
		なし	たまに	時々	いつも
3	我慢できないくらい、尿がしたくなる	0	1	2	3
4	我慢できずに、尿がもれる	0	1	2	3
5	セキ・クシャミ・運動のときに、尿がもれる	0	1	2	3
6	尿の勢いが弱い	0	1	2	3
7	尿をするときに、お腹に力を入れる	0	1	2	3
8	尿をした後に、まだ残っている感じがする	0	1	2	3
9	膀胱(下腹部)に痛みがある	0	1	2	3
10	尿道に痛みがある	0	1	2	3

1から10の症状のうち、困る症状を3つ以内で選んで番号に○を付けてください。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0 該当なし
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------

上で選んだ症状のうち、最も困る症状の番号に○を付けてください(1つだけ)。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0 該当なし
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------

現在の排尿の状態がこのまま変わらずに続くとしたら、どう思いますか？

0	1	2	3	4	5	6
とても満足	満足	やや満足	どちらでもない	気が重い	いやだ	とてもいやだ

(Homma Y. et al; Int J Urol 2008; 15: 816-820/日本排尿機能学会男性下部尿路症状診療ガイドライン作成委員会編: 男性下部尿路症状診療ガイドライン. ブラックウェルパブリッシング, 東京, 2008より引用)