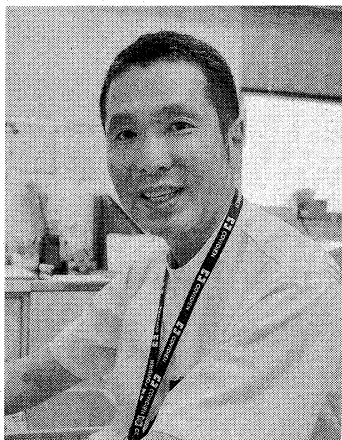


おしっこが近くて困る。おしっこの出が悪い。そんな悩みはありませんか。高齢者の排尿トラブルについて、東京・代々木病院副院長で泌尿器科の一ノ瀬義雄医師に聞きました。
(田村三香子)

東京・代々木病院副院長 一ノ瀬 義雄さんに聞く



尿のトラブルはいままでそれほど顧みられませんでした。少し変わってきています。排便だったら1日に1度、食事なら3度のこと。排尿となると、人によっては日に10回近く関わってきます。生活の質に関わる大きな問題だと思っています。具体的には大きく二つ。前立腺が肥大して尿が出にくくなるのが高齢の男性の特徴です。これが一つです。逆に高齢の女性は尿失禁や尿が近くて困ることが多く見られます。

夜中の頻尿の原因

また、夜中の頻尿は男性も女性も同じく圧倒的多数を占めています。

夜中の頻尿の原因には、抗利尿ホルモンの出が悪くなるということがあります。このホルモンによって夜中の尿の量が抑えられるのですが、加齢により分泌が悪くなる

高齢者のみなさん

おしっこの悩みありませんか

気になる
《体》

男性：出にくくなる

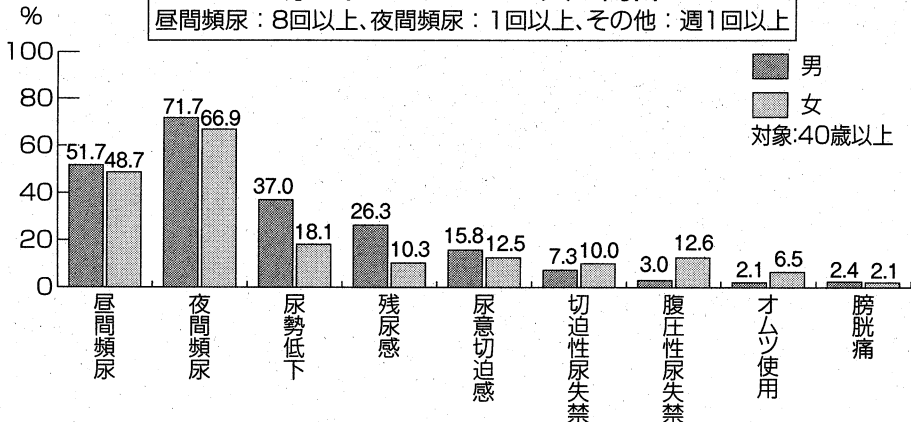
女性：近くなり困る

と、夜の尿量が増えます。また、年を重ねて眠りが浅くなり、少しの尿意で目が覚めるということもあります。昼間も含めて頻尿の場合、まず水分の取り過ぎがないかチェックします。糖尿病でのがれがひどい。過剰に飲むこともあります。血圧の薬で利尿作用のあるものがあり、そ

尿のトラブルの種類と頻度

尿のトラブルのある人の割合

昼間頻尿：8回以上、夜間頻尿：1回以上、その他：週1回以上



本間之夫他：日本排尿機能学会誌から

のせいということもあります。また、糖尿病のために膀胱の神経が侵され

て膀胱がうまく縮まらないうと尿が残ります。すぐにまたたまります。脳卒中で排尿中枢の機能が低下し、少し尿がたまっただけでトイレに行きたくなります。年をとると膀胱が伸びにくくなって、容量が小さくなることも作用します。

女性の患者さんには、過活動膀胱が多く見られます。尿意を感じてトイレに行こうと思っているうちに漏らしてしまうなど、尿意の切迫感がある症状を過活動膀胱と呼びます。脳卒中などの神経系のトラブル、骨盤底筋の弱まりからくる場合、それにはっきりした原因の分からないものがあり

ます。

支障あつたら受診

治療には、抗コリン剤という膀胱の活動を落ち着かせる薬を処方します。3年前に出た尿3刺激薬は抗コリン剤と比べ、副作用が少なく飲みやすいです。

前立腺は男性だけにあつた臓器で、膀胱から出てきた尿道をくぐるんです。これが肥大すると尿道が締めつけられて尿が出にくくなるわけです。肥大していても尿の出が悪くなれば、前立腺の病気として治療します。

代表的な薬はα1ブロッカー。前立腺が緩んで排尿が楽になります。前立腺を小さくする薬が5年前から使われていて、これは男性ホルモンの働きをブロックするもの。あまりにも肥大した場合、前立腺を内視鏡で削るという手術をします。

尿のトラブルでは、生活をする上で支障があつたら受診する時だと考え

てください。主な検査は尿をとる検査や腹部エコー検査で、これによって痛いものはありません。尿が漏れるという問題は、心理的に人としてダメージが大きいものです。泌尿器科を受診して少しでも楽になっていただけたらと思います。