

いきいき健康サロン

## 尿のお話

～症状からみる泌尿器疾患～

置塩泌尿器科クリニック

置塩 則彦

# 症状からみる泌尿器疾患

皆さん泌尿器科の臨床医が担当する臓器は意外にいろいろあるのをご存じですか？

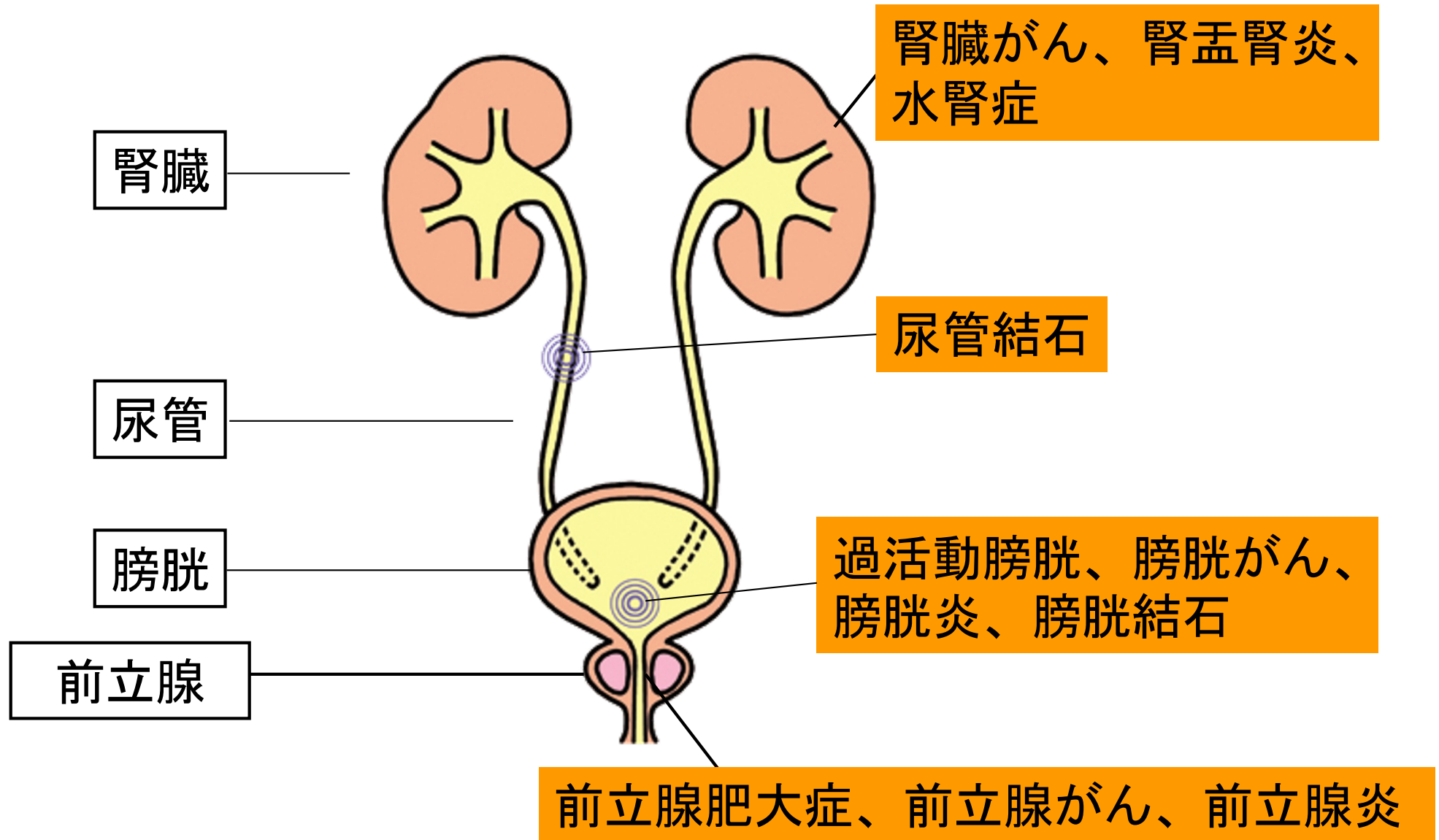
大きく分類すると、

- ▶尿路（腎臓、尿管、膀胱、尿道）
- ▶男性生殖器（精巣、精巣上体、精管、前立腺、精嚢、陰茎）
- ▶その他副腎などの後腹膜腔の臓器
- ▶尿路結石に関係する副甲状腺

などです。

これらの臓器は当然機能も異なりますし、病態によって起こる症状も多彩です。そこで今回は**症状**からどんな泌尿器疾患が考えられるかをお話させていただきたいと思います。泌尿器疾患の早期発見、早期治療につなげていただけたらと思います。

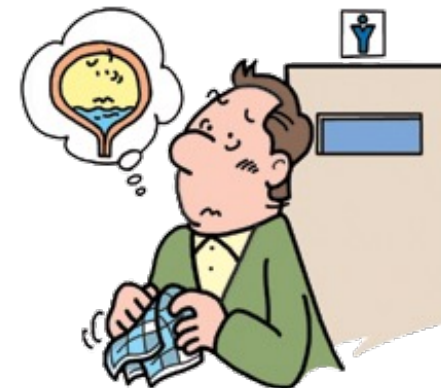
# 男性の尿路系の疾患



# 泌尿器疾患の症状

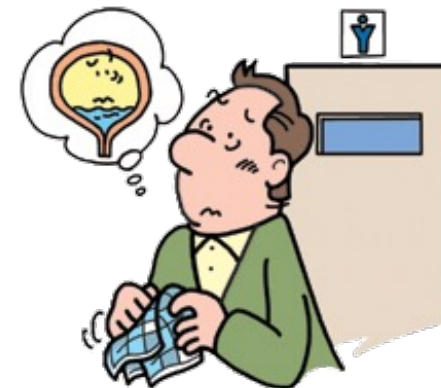
---

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



# 泌尿器疾患の症状

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



# 1) 排尿困難 (尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる)

排尿に関わる症状は、**排尿症状**、**蓄尿症状**、**排尿後症状**に分けられます。

<b>排尿症状</b>	<u>尿を出すことに問題がある症状</u> 「尿が出にくい」「尿の勢いが弱い」 「尿をするのにお腹に力をいれる」
<b>蓄尿症状</b>	<u>尿を溜めることに問題がある症状</u> 「尿が近い」「夜間排尿のために起きる」 「尿がもれる」
<b>排尿後の症状</b>	<u>排尿した後の症状</u> 「残尿感」「排尿後尿滴下」

これらの症状が複合してみられます。

# 1) 排尿困難 (尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる)

---

## <原因>

排尿症状は、膀胱から尿道出口への通過が妨げられる場合（**通過障害**）、あるいは膀胱がうまく収縮できない（**膀胱収縮障害**）場合に起こります。

**通過障害**で最も頻度の高いものは男性における前立腺肥大症で、**膀胱収縮障害**は男女とも神経因性膀胱で起こります。

またメタボリック症候に伴う膀胱の血流障害や加齢による膀胱の老化現象としてみられることもあります。



# 1) 排尿困難 (尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる)

## 〈前立腺肥大症〉

- ▶前立腺は膀胱の出口で尿道を取り囲む臓器で、精液の一部を産生
- ▶前立腺が肥大すると尿道を圧迫して、尿の通過障害をきたし、排尿症状を引き起こすとともに、頻尿、夜間頻尿、残尿感などの蓄尿症状や、排尿後症状も起こします。
- ▶前立腺肥大症は加齢とともに有病率が増加し、70歳代では10人に1人以上が前立腺肥大症と診断される

## 〈神経因性膀胱〉

- ▶神経因性膀胱とは、神経の疾患により膀胱の運動をコントロールする神経が障害を受けるために、膀胱の働きが障害される状態。
- ▶原因疾患としては、糖尿病による末梢神経障害、腰部椎間板ヘルニアや脊柱管狭窄症による膀胱への神経の圧迫、子宮がんや直腸がん手術における膀胱への神経の損傷などがある
- ▶膀胱の収縮が障害されるために、うまく尿を出せず、排尿症状を中心として様々な症状を引き起こす



# 1) 排尿困難 (尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる)

## <対処>

排尿症状は男女ともに起こり、原因としては様々なものがあります。症状から原因を知ることは難しいので、生活に支障があったり困るような症状があれば泌尿器科専門医を受診して、原因を明らかにして薬物治療を含む治療法を選択します。

最近では**前立腺がん**の罹患率が急速に増えていますので、男性で排尿困難のある場合には、血液検査で**PSA（前立腺特異抗原）**のチェックを受けることをお勧めします。

国際前立腺症状スコア（IPSS）を添付します。  
ご自身でチェックしてみてください。



## 国際前立腺症状スコア (I-PSS)

どれくらいの割合で次のような症状がありましたか	全くない	5回に1回の割合より少ない	2回に1回の割合より少ない	2回に1回の割合くらい	2回に1回の割合より多い	ほとんどいつも
この1か月の間に、尿をしたあとにまだ尿が残っている感じがありましたか	0点	1点	2点	3点	4点	5点
この1か月の間に、尿をしてから2時間以内にもう一度しなくてはならないことがありましたか	0点	1点	2点	3点	4点	5点
この1か月の間に、尿をしている間に尿が何度もとぎれることがありましたか	0点	1点	2点	3点	4点	5点
この1か月の間に、尿を我慢するのが難しいことがありましたか	0点	1点	2点	3点	4点	5点
この1か月の間に、尿の勢いが弱いことがありましたか	0点	1点	2点	3点	4点	5点
この1か月の間に、尿をし始めるためにおなかに力を入れることがありましたか	0点	1点	2点	3点	4点	5点
この1か月の間に、夜寝てから朝起きるまでに、ふつう何回尿をするために起きましたか	0回	1回	2回	3回	4回	5回以上
	0点	1点	2点	3点	4点	5点

合計点は  です。

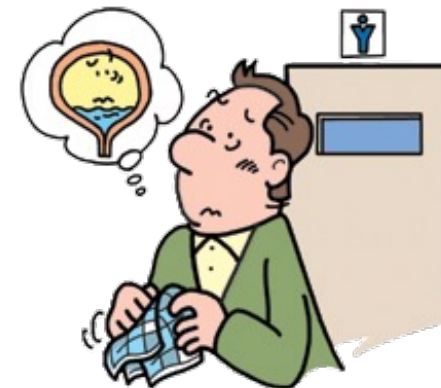
## QOL スコア

	とても満足	満足	ほぼ満足	なんともいえない	やや不満	いやだ	とてもいやだ
現在の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点	1点	2点	3点	4点	5点	6点

合計点は  です。

# 泌尿器疾患の症状

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



## 2) 夜間頻尿

(夜間何度も排尿で起きる)

夜間、排尿のために1回以上起きなければならない症状を夜間頻尿といいます。

加齢とともに頻度が高くなります。

夜間頻尿は日常生活において支障度の高い、困る症状です。

### <原因>

大きく分けて

- ① 多尿、夜間多尿
- ② 膀胱容量の減少
- ③ 睡眠障害



これら三つの原因によって治療法が異なるので、夜間頻尿の原因をまずはっきりさせることがとても重要です。

## 2) 夜間頻尿 (夜間何度も排尿で起きる)

### ① 多尿、夜間多尿

尿量が多いため夜間頻尿がおきることがあります。

特に内科の病気が隠れている場合は、その病気に対する治療が優先されます。

1日の尿量が**40ml/kg** (体重) を超える場合 (例えば60kgの体重の人は $40 \times 60 = 2400\text{ml}$ ) がこれに当たります。

水分の過剰摂取、尿量を増加させる薬剤を内服しているため、**糖尿病**などの内科の病気によるものがあります。

夜間多尿は夜間のみ尿量が多くなり、トイレに何度も起きるものです。

一つの目安として、65歳以上の方では、24時間の尿量に対する**夜間尿量の合が33%**を超える場合は、夜間多尿と考えられます。**寝る前の水分の過剰**

**摂取、薬剤性**のもの、**ホルモンバランス**の乱れ、高血圧や心不全、腎機能障害などの内科の病気によるもの、睡眠時無呼吸症候群があります。

## 2) 夜間頻尿 (夜間何度も排尿で起きる)

### ② 膀胱容量の減少

膀胱容量の減少は、少量の尿しか膀胱に貯められなくなるもので、膀胱が過敏になるために起こります。一般的には、**昼にも頻尿**になることが多いです。

過活動膀胱	<ul style="list-style-type: none"><li>▶膀胱に尿が少量しか貯まっていないにもかかわらず尿意を感じてしまったり、膀胱が勝手に収縮してしまう病気</li><li>▶トイレに急いで駆け込む症状（尿意切迫感）がある</li><li>▶脳卒中、パーキンソン病などの脳や脊髄の病気で引き起こされる場合も</li></ul>
前立腺肥大症	男性特有の疾患で、前立腺が大きくなることで排尿がしにくくなり、結果として膀胱が過敏になることがある
その他	間質性膀胱炎や骨盤臓器脱などで夜間頻尿になることがある

## 2) 夜間頻尿 (夜間何度も排尿で起きる)

---

### ③ 睡眠障害

眠りが浅くてすぐ目が覚めてしまうために、目が覚めるごとに気になってトイレに行くものです。



## 2) 夜間頻尿 (夜間何度も排尿で起きる)



### <自分でできるチェック>

以上のように、夜間頻尿の原因は様々ですので、適切な対処をするためには原因を明らかにすることが必要です。

夜間の排尿の際に、**毎回十分な尿量を排尿する場合（目安として200～300ml）は多尿もしくは夜間多尿による夜間頻尿、十分な尿量を排尿しない場合（目安として100ml以下）は膀胱容量の減少による夜間頻尿と考えられます。**

排尿習慣を知るために、**排尿日誌**を用いて、ご自身でも正確にチェックすることが可能です。朝起きてから翌日の朝まで、排尿した時刻とメモリ付きコップなどで測定し排尿量を日記のように記録するものです。

1回の排尿量（膀胱に貯めることができる膀胱容量）と排尿回数を知ることができ、おおよその原因を知ることができます。排尿日誌のサンプルを添付します。



## 2) 夜間頻尿 (夜間何度も排尿で起きる)

<治療>

### ① 多尿・夜間多尿

糖尿病、高血圧、心疾患、腎機能障害、睡眠時無呼吸症候群などの病気が原因となっている夜間多尿の場合 ⇒ **基礎疾患の治療**

水分を摂ると血液がサラサラになり、脳梗塞や心筋梗塞が予防できると信じて寝る前や夜間にたくさんの水分を摂る方がいますが、科学的根拠はなく、水分の摂り過ぎで頻尿になっている場合 ⇒ むしろ**水分を控える**

最近では夜間の尿量を抑える薬 (**デスマプレシン**) が使われるようになりました。



## 2) 夜間頻尿 (夜間何度も排尿で起きる)

### <治療>

#### ② 膀胱容量の減少

**過活動膀胱**では、抗コリン薬、 $\beta 3$ 作動薬を、**前立腺肥大症**では、 $\alpha 1$ 遮断薬、PDE5阻害薬、5 $\alpha$ 還元酵素阻害薬を症状に合わせて服用します。**間質性膀胱炎や骨盤臓器脱**は、手術を含めたもともとの病気の治療が必要となります。

#### ② 睡眠障害

睡眠障害による夜間頻尿には、睡眠薬の内服も有効ですが、よく眠れるような環境の整備や生活リズムの改善も重要です。



排尿日誌 (Bladder diary)

月 日 ( )

起床時間: 午前・午後 \_\_\_\_時 \_\_\_\_分

就寝時間: 午前・午後 \_\_\_\_時 \_\_\_\_分

メモ

その日の体調など気づいたことなどがあれば記載してください。

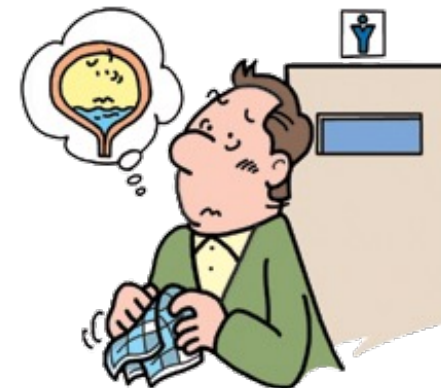
	時間	排尿 (○印)	尿量 (ml)	漏れ (○印)		
	時から翌日の		時までの分をこの一枚に記載してください			
1	時 分		ml			
2	時 分		ml			
3	時 分		ml			
4	時 分		ml			
5	時 分		ml			
6	時 分		ml			
7	時 分		ml			
8	時 分		ml			
9	時 分		ml			
10	時 分		ml			
	時間	排尿	尿量	漏れ		

次のページへつづく

# 泌尿器疾患の症状

---

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



### 3) 頻尿 (尿が近い、回数が多い)

一般的には、朝起きてから就寝までの排尿回数が  
**8回以上**の場合を頻尿といいます。

しかし、1日の排尿回数は人によって様々ですので、一概に1日に何回以上の排尿回数が異常とはいえず、8回以下の排尿回数でも自分自身で排尿回数が多いと感じる場合には頻尿といえます。



# 3) 頻尿 (尿が近い、回数が多い)

## <原因>

頻尿の原因は様々ですが、**過活動膀胱**、**残尿**、**多尿**、**尿路感染**、**炎症**、**腫瘍**、**心因性**に分けることができます。

<b>過活動膀胱</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>・日本で1000万人以上の男女が罹患する頻度の多い病気</li><li>・加齢による老化現象として起こったり、原因が不明（明らかな基礎疾患がない）であったりすることも少ない</li><li>・尿が間に合わずにもれてしまうことも（切迫性尿失禁）</li><li>・1回の排尿量は少なく、何回もトイレに行くように</li></ul>
<b>残尿</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>・排尿後も膀胱内に尿が残る状態</li><li>・尿排出障害が進行すると残尿が発生</li><li>・膀胱内に残尿があると、結果的に尿を溜められる膀胱のスペースが減少するために、1回の排尿量は少なく、何回もトイレに行くようになる</li></ul>
<b>多尿</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>・1日の尿量が著しく増えた状態（1日の尿量が40ml/kg（体重）を超える場合）をいい、何回もトイレに行くことになる</li></ul>

### 3) 頻尿 (尿が近い、回数が多い)

<b>尿路感染</b>	<p><b>膀胱炎</b>や<b>前立腺炎</b>などの尿路感染が起こると、<b>膀胱の知覚神経</b>が刺激されて頻尿になります。間質性膀胱炎は原因不明で、膀胱に慢性の炎症を起こす病気ですが、長時間続く頻尿、膀胱充満時の下腹痛が特徴的です。</p>
<b>腫瘍</b>	<p><b>膀胱がん</b>の重要な症状は血尿ですが、まれに膀胱がんによる膀胱刺激症状として頻尿がみられることがあります。</p>
<b>心因性</b>	<p>心因性の頻尿は、膀胱・尿道の病気もなく、また尿量も問題ないにもかかわらず、トイレのことが気になって何回もトイレに行ってしまう状態です。心因性なので、夜寝てしまえば排尿のことを気にすることはないので、通常夜間の頻尿はないことが多く、また朝起床時の排尿量は正常です。</p>

# 3) 頻尿(尿が近い、回数が多い)



## <対処法>

尿が近いといっても、原因は多彩で、また病気に関係することもあります。

頻尿が気になる際には、**排尿日誌**をつけてみることをお勧めします。

排尿日誌では、トイレに行った時間と排尿の量、水分を摂った時間と量などを3日ほど記載していただきます。もし明らかに水分を多く摂取しているようであれば水分摂取の調節により改善しますが、病気に関わるような場合は原因を明らかにして、その原因に応じた適切な治療や対処をする必要があります。

原因が思いあたらない場合には泌尿器科専門医を受診することをお勧めします。



# 過活動膀胱のチェックシート

## 過活動膀胱症状質問票

(Overactive Bladder Symptom Score; OABSS)

年 月 日

以下の症状がどれくらいの頻度でありましたか。この1週間のあなたの状態にもっとも近いものを、ひとつだけ選んで、点数の数字を○で囲んでください。

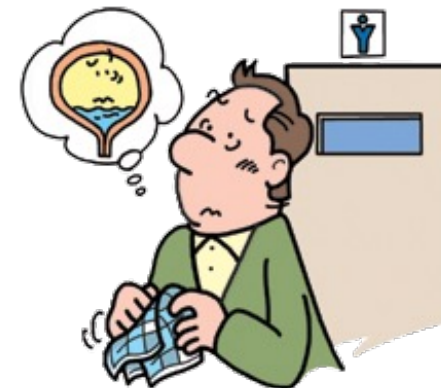
質問	症状	点数	頻度
1	朝起きた時から寝る時までに、何回くらい尿をしましたか	0	7回以下
		1	8~14回
		2	15回以上
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらい尿をするために起きましたか	0	0回
		1	1回
		2	2回
		3	3回以上
3	急に尿がしたくなり、がまんが難しいことがありましたか	0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2~4回
		5	1日5回以上
4	急に尿がしたくなり、がまんができずに尿をもらすことがありましたか	0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2~4回
		5	1日5回以上

合計点数  点

軽症 / 5点以下 中等症 / 6~11点 重症 / 12点以上

# 泌尿器疾患の症状

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



## 4) 尿失禁 (尿が漏れる)

尿失禁とは自分の意思とは関係なく尿が漏れてしまうことと定義づけられています。

**40歳以上の女性4割以上**が経験しており、実際に悩んでおられる方は実は大変に多いのですが、恥ずかしいので我慢している方がほとんどです。

尿失禁の状態や原因に応じてきちんとした治療法がありますので、我慢せずに泌尿器科を受診されることをお勧めします。



# 4) 尿失禁 (尿が漏れる)

<原因> 尿失禁といっても様々な症状があり、大きく分けると、**(1)腹圧性尿失禁、(2)切迫性尿失禁、(3)溢流性尿失禁、(4)機能性尿失禁**の4つに分類されます。



## 腹圧性尿失禁

➢ 重い荷物を持ち上げた時、走ったりジャンプをした時、咳やくしゃみをした時など、**お腹に力が入った時に尿が漏れてしまう**  
➢ 女性の尿失禁の中で最も多く、週1回以上経験している女性は500万人以上といわれています。これは**骨盤底筋群**という尿、道括約筋を含む骨盤底の筋肉が緩むために起こり、**加齢や出産を契機に出現**したりします。荷重労働や排便時の強いいきみ、喘息なども骨盤底筋を傷める原因になるといわれています。

## 切迫性尿失禁

急に尿がしたくなり (**尿意切迫感**)、我慢できずに漏れてしまうのが切迫性尿失禁です。トイレが近くなったりトイレに駆け込むようなことが起きたりしますので、外出中や乗り物に乗っているときなどに大変に困ります。本来は脳からの指令で排尿はコントロールされていますが、**脳血管障害**などによりそのコントロールがうまくいかなかった時など原因が明らかなくともあります。しかし多くの場合、特に**原因がないのに膀胱が勝手に収縮**してしまい、尿意切迫感や切迫性尿失禁をきたしてしまいます。男性では前立腺肥大症、女性では膀胱瘤や子宮脱などの骨盤臓器脱も切迫性尿失禁の原因になります。

## 4) 尿失禁 (尿が漏れる)

<b>溢流性尿失禁</b>	<p>自分で尿を出したいのに出せない、でも少しずつ漏れ出してしまうのが溢流性尿失禁です。この溢流性尿失禁では、尿が出にくくなる<b>排尿障害が必ず前提</b>にあります。排尿障害を起こす代表的疾患に<b>前立腺肥大症</b>がありますので、溢流性尿失禁は男性に多くみられます。</p> <p>他に、直腸がんや子宮がんの手術後などに膀胱周囲の神経の機能が低下している場合にもみられます。</p>
<b>機能性尿失禁</b>	<p>排尿機能は正常にもかかわらず、身体運動機能の低下や認知症が原因でおこる尿失禁です。たとえば、歩行障害のために<b>トイレまで間に合わない</b>、あるいは認知症のために<b>トイレで排尿できない</b>、といったケースです。</p> <p>この尿失禁の治療は、介護や生活環境の見直しを含めて取り組んでいく必要があります。</p>

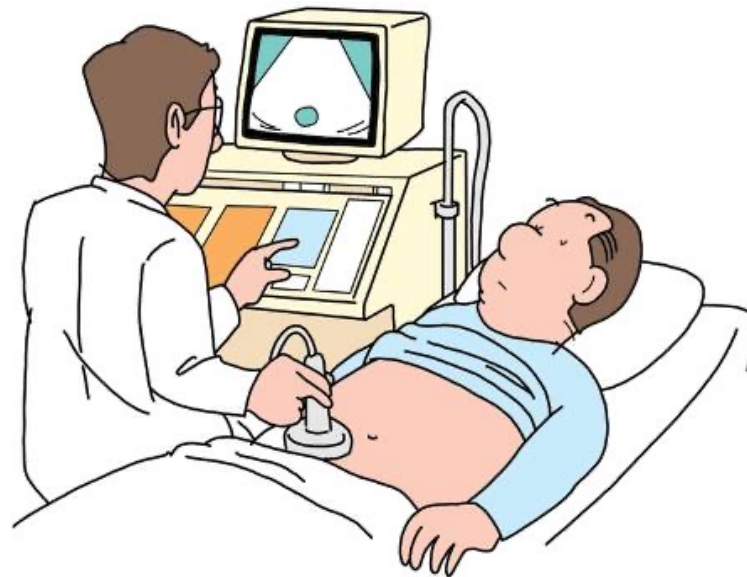
## 4) 尿失禁 (尿が漏れる)

---

### <検査>

まず問診と診察を行います。**排尿日誌**を数日間つけてもらうことで排尿状態や尿失禁の程度がわかります。

ほとんどの場合、検尿とエコーによる残尿量測定といった身体に負担のない検査で診断がつきます。



## 4) 尿失禁 (尿が漏れる)



### <治療>

**軽い「腹圧性尿失禁」**の場合は、骨盤底筋訓練で尿道のまわりにある外尿道括約筋や骨盤底筋群を強くすることで、改善が期待できます。  
また、肥満の方や最近急に太った方では、減量が有効なことがあります。

最近、**干渉低周波電流**を用いて膀胱周辺の筋肉や神経を刺激することによって、尿失禁の改善を期待する治療法も行われて一定の効果が認められています。

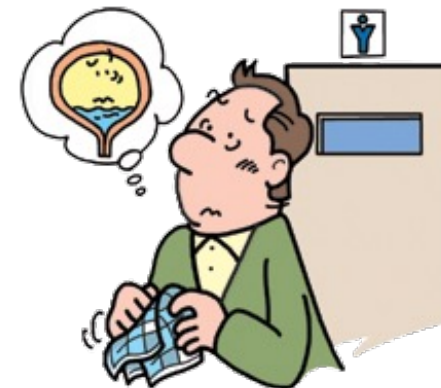
これらの保存的療法では改善しない場合は手術の適応となります。

**「切迫性尿失禁」**の治療には、抗コリン薬や $\beta 3$ 受容体作動薬などの**薬物療法**が有効です。飲水コントロール、骨盤底筋訓練、尿意があっても少し我慢する膀胱訓練などの行動療法を併用します。

このように尿失禁の種類や程度により、治療法は様々です。尿失禁は生命に直接影響するわけではありませんが、いわゆる生活の質を低下させてしまう病気です。困ったなと思ったら恥ずかしがったり、年齢的なこととあきらめたりせずに泌尿器科専門医にご相談ください。

# 泌尿器疾患の症状

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他





## 5) 血尿 (尿が赤い、尿に血が混じる)

血尿とは健診や病院での尿検査で、「おしっこに血が混じってます」とか「尿潜血陽性です」とかいわれることがあると思います。

尿に血が混じる、いわゆる血尿は、尿を作る腎臓や尿の通り道の重要な病気のサインです。

血尿が発見される頻度は年齢とともに増え、男性に比較して**女性に多く見られます**。おしっこが赤いなど、尿に血が混じることを**目で見て判断できる肉眼的血尿**はさらに重要な病気のサインです。

たとえば**膀胱がん**の85%は血尿を契機として発見されます。また**腎がん**でも、最近では検診や人間ドックなどで偶然に発見される症例が増えてきたものの、血尿を契機に見つかることも少なくありません。

# 5) 血尿 (尿が赤い、尿に血が混じる)

---

## <原因>

血尿の原因としては、悪性腫瘍や結石、膀胱炎などの炎症、腎臓の内科的な病気など様々なものがあります。

顕微鏡的血尿を起こす主な病気は、腎臓で血液から尿をろ過する糸球体という器官に何らかの原因があることがあります。また、悪性腫瘍は生命を脅かす危険があるため、早期発見が必要です。

その中には、**膀胱がん、腎がん、前立腺がん、尿管がん、腎盂がん**などがありますが、**膀胱がん**は顕微鏡的血尿で診断される悪性腫瘍の中で最も多いがんです。

**尿路結石症**では、ほとんどの症例で顕微鏡的血尿をともなっています。**膀胱炎**でも、膿尿と血尿を伴う場合があります。まれではありますが、**腎臓の血管の奇形**でも血尿をきたすことがあります。

## 5) 血尿 (尿が赤い、尿に血が混じる)



### <検査>

泌尿器科では尿検査のほかにまず超音波検査を行います。

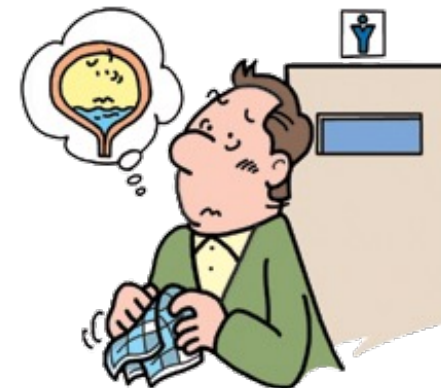
**超音波検査**は簡単に行え、また痛みもなく、がんや尿路結石の有無などさまざまな情報が得られる有用な検査です。

もし、なんらかの疾患が疑われた場合には、さらに**CT**や**MRI**、**採血**、**膀胱鏡**などいろいろな検査を行っていきます。特に肉眼的血尿は重要な病気のサインです。喫煙者で肉眼的血尿がある場合には、膀胱がんなどの疑いがありますので、尿の中にがん細胞が混じっていないか**尿細胞診**という検査を行います。また、痛みの少ないやわらかい電子スコープを用いて膀胱の中を観察したりします。いずれの病気にしても、はやく見つければ、それだけ体に負担の少ない治療が可能になります。

おしっこをしていて、あれ！と思ったら、近くの病院でまず尿検査を受けましょう。

# 泌尿器疾患の症状

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



## 6) 排尿痛 (排尿時に痛い)

排尿時に痛みを起こす最も一般的な病気は**急性膀胱炎**です。

**女性**に多く、**頻尿**、**血尿**、**排尿時の痛み**が特徴的な症状です。

多くは**排尿の終わりごろ**に尿道に不快な痛みを感じます（排尿終末時痛）。特に問題となる基礎疾患がなくても、尿道から細菌が膀胱へ侵入することによって起こり、尿検査により炎症細胞（白血球）や細菌が認められますが、抗生剤治療で数日以内に完治することがほとんどです。高熱や倦怠感などの全身症状、背部痛などを伴う場合には腎盂腎炎を併発している可能性もあり、重症化するリスクもありますので、すみやかに医療機関を受診することが必要です。



## 6) 排尿痛(排尿時に痛い)

---

男性で排尿時の痛みを起こす病気には、**前立腺炎**や**尿道炎**があります。

### <前立腺炎>

前立腺炎は尿道から侵入した細菌によって起こる**細菌性前立腺炎**と**非細菌性前立腺炎**があり、いずれも排尿時の痛み以外に、頻尿、会陰部（陰囊と肛門の間の部位）や下腹部の不快感や痛みなど多彩な症状があります。

細菌性前立腺炎は、当初は急性の経過をとり、発熱や倦怠感などの全身症状を伴うこともあり、適切に治療を行わないと慢性前立腺炎に移行することがあります。

非細菌性前立腺炎の原因は明らかではありませんが、前立腺に慢性の炎症が起こる病気で、長時間におよぶデスクワーク、乗り物移動、運転などで、前立腺が振動や接触などの刺激を受けることが関連することもあります。なかなか治りにくい病気で、ストレスや運動不足で症状が悪化したり、再発したりします。

## 6) 排尿痛 (排尿時に痛い)

### <尿道炎>

尿道炎では、排尿時痛は細菌感染や尿道の粘膜に傷がついたことが原因で起こります。**尿の出始めに痛む**場合は、**クラミジア性尿道炎、淋菌性尿道炎**などの**性感染症が原因**であることが多いので注意が必要です。いずれも排尿時に焼けつくような痛みやかゆみ、不快感、尿道から黄色や白色の膿が出て尿が濁る、尿の出口が赤く腫れる、頻尿などの症状が現れることが多いですが、中には自覚症状のない場合もあります。特に女性は症状が軽い傾向にあり、気づかないうちに感染が広がるケースも少なくありません。尿道炎は放置すると尿道狭窄となることが多く、排尿に支障をきたすようになるため、注意が必要です。

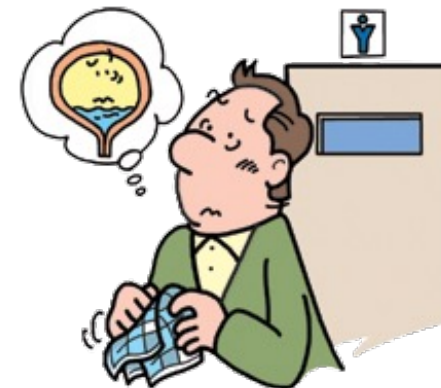
その他に、**尿道結石、間質性膀胱炎、膀胱や尿道の悪性腫瘍**などの特殊な疾患が排尿時痛に関与することもありますので、長期間症状の改善が見られない場合には、泌尿器科受診をお勧めします。



# 泌尿器疾患の症状

---

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他

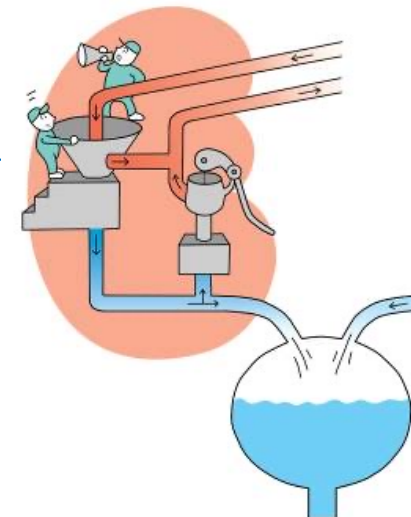




# 7) 腰痛 (腎臓のあたりが痛む)

<腎臓はどこにある？>

腎臓はそら豆のような形をした握りこぶし大の一对の臓器です。  
**後腹膜**というお腹の背中側、背骨の両脇、横隔膜の下に位置します。  
手を後ろに回してわき腹と背骨の間あたりの場所にあります。  
ちょうど腰が痛い時にとんとんと叩く場所をイメージしてください。  
腎臓は尿を作る臓器です。体の老廃物を尿として排出します。  
その他にも血圧に関係する物質を作ります。  
普段は何も感じませんが、何らかの原因で  
痛みを生じる時があります。



# 7) 腰痛 (腎臓のあたりが痛む)

---

## <腎臓の痛み>

腎臓の痛みはどのように引き起こされるのでしょうか。

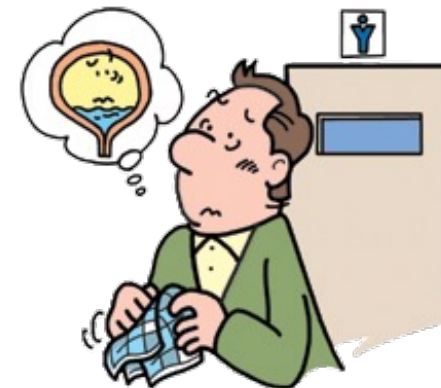
腎臓は**腎被膜**という膜に囲まれています。その膜が引き伸ばされると痛みが出現します。つまり、腎臓自体が何らかの原因によって腫れてくると膜が外側に圧迫される形となり、その結果として痛みが生じるのです。急激に引き伸ばされると激しい痛みがきます。

その典型的なものが、**尿路結石**による痛みです。腎臓から膀胱に尿を運ぶ尿管の中の石が詰まって、上流の腎臓側の尿管や腎盂といわれる部分に尿が過剰にたまり、腎盂の内圧が上昇します。この状態を**水腎症**といいます。急激に水腎が起こると激痛を伴い、多くの場合、救急外来を通じて泌尿器科に受診されます。その他の水腎症の原因として、**尿管狭窄**や、**尿管腫瘍**などによる尿の通過障害や、膀胱の働きが悪いために尿の流れが悪くなるような病態があります。

# 泌尿器疾患の症状

---

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他



## 8) おねしょ(夜尿症)

---

子供のおねしょ(夜尿症)は、

「5歳以上で1か月に1回以上の頻度で  
夜間睡眠中の尿失禁を認めることが3か月以上つづくもの」

と定義されます。

7歳児における夜尿症の有病率は10%程度とされ、その後は年間15%ずつ自然に治るとされますが、0.5~数%は夜尿が解消しないまま成人に移行するといわれています。**生活指導**をはじめとする治療介入により、自然経過に比べて治癒率を2~3倍、高めることができ、治癒までの期間が短縮するといわれています。小学校に入っても夜尿症が治らない場合は、小児科あるいは泌尿器科を受診することをお勧めします。

## 8) おねしょ(夜尿症)

### <原因>

夜尿症は親の育て方や子供の性格の問題ではありません。  
その原因としては睡眠中に膀胱がいっぱいになっても、尿意で目をさますことができないという覚醒障害を基礎としています。この**覚醒障害**に加えて、睡眠中の膀胱の働きが未熟である（膀胱の容量が小さい、ある程度膀胱に尿が溜まると膀胱が勝手に収縮してしまう、など）ことや**夜間尿量**が多い（夜間多尿）ことが重なると発生します。  
夜尿のみでなく昼間の尿失禁など昼間の症状を伴うものも数%に認め、これらに対しては昼間の症状の治療を優先します。



## 8) おねしょ(夜尿症)

### <治療>

夜尿症の治療としてはまず**生活指導**や**行動療法**を開始し、効果が乏しい場合には**抗利尿ホルモン剤投薬**または**夜尿アラーム療法**を追加します。生活指導及び行動療法としては就寝前にトイレに行くことや夜間の水分摂取の制限などがあります。

**抗利尿ホルモン剤**は夜間尿量を減少させる効果のある薬剤で就寝前に使用します。舌下投与で容易に溶ける口腔内崩壊錠ですので水なしでも容易に服薬できますが、水分が体内に貯まってしまう**水中毒**を防ぐために就寝前2~3時間以内の**水分制限**が必要となります。**アラーム療法**は濡れたら鳴るアラーム(ブザー)で患者を夜尿直後に起こす治療で、自分で起きない場合は家族の協力が必要となります。この治療がなぜ夜尿に有効かはわかっていませんが、多くの場合は朝まで夜尿をせずに持つようになり、睡眠時の膀胱容量が増加すると考えられています。

ほとんどの患者は成人するまでに治癒しますが、15歳以上で1~2%の頻度で夜尿が持続すると報告されています。特に毎晩夜尿をする場合など重症例は治りにくいいため、早めの受診をお勧めします。

# 泌尿器疾患の症状

---

- 1) 排尿困難（尿が出にくい、尿の勢いが弱い、時間がかかる）
- 2) 夜間頻尿（夜間何度も排尿で起きる）
- 3) 頻尿（尿が近い、回数が多い）
- 4) 尿失禁（尿が漏れる）
- 5) 血尿（尿が赤い、尿に血が混じる）
- 6) 排尿痛（排尿時に痛い）
- 7) 腰痛（腎臓のあたりが痛む）
- 8) その他





ありがとうございました\_(.\_.)\_