

福島医大×福島民友新聞社 健康講座

男性にも女性にもひそむ泌尿器科の病気

福島医大と福島民友新聞社による健康講座は7月27日、郡山市のビッグパレットふくしまで開かれました。同大泌尿器科学講座の小島祥敬教授(49)が「男性にも女性にもひそむ泌尿器科の病気」をテーマに講演し、尿のトラブルやがんについて解説しました。



こじま・よしゆき 岐阜県出身。名古屋市立大医学部卒。2012年から福島医大医学部泌尿器科学講座教授。専門はロボット支援手術、腹腔鏡手術、排尿障害、小児泌尿器科など。ロボット支援手術の第一人者。

福島医大泌尿器科学講座教授

小島

よしゆき 祥敬氏



成人の場合、個人差はありますが、1回の正常な排尿量は2000〜4000ml、1回当たりの排尿時間は20〜30秒、1日の排尿量は水分の摂取量によっても変わりますが、1500〜2000ml、1日の排尿回数は5〜7回とされます。排尿間隔は3〜5時間に1回(起きている間)が正常です。ほつこうには尿を「出す」「ためる」の二つの機能が、「出す」のトラブルとしては、尿が出るまでに時間がかかったり、尿の勢いが弱いなどのケースがあります。「ためる」のトラブルは、何度もトイレに行きたくなったり、トイレに間に合わず途中で漏れるなどのケースです。

40歳以上の男女7割が夜間頻尿

日本排尿機能学会が40歳以上を対象に「尿のトラブルの種類と頻度」について調べたデータによると、昼間頻尿の人の割合は男女とも約50%(男性51.7%、女性48.7%)、夜間頻尿は約70%(男性71.7%、女性66.9%)に上ります。頻尿は男女に共通する尿のトラブルです。

早期発見へ定期検査を

タイプに分かれます。一つは、1回に出る尿の量が少ないことです。要因としては、脳梗塞や脊髄損傷などの中枢神経系の障害や過活動ぼうこう、加齢によるぼうこうの容量減少などが考えられます。二つ目は残尿があることです。ほつこうに常に尿がたまっているため何度もトイレに行きたくなります。糖尿病によるぼうこうの神経障害や前立腺肥大症などが考えられます。

前立腺がん PSA有効

三つ目は、尿の量が多く「夜間多尿」になるケースです。水分の摂り過ぎや初期の糖尿病による喉の渇きによる多飲、高血圧治療で利尿剤を飲んでいること、加齢による腎機能の働きの低下などが考えられます。

「ためる」の二つの機能が、「出す」のトラブルとしては、尿が出るまでに時間がかかったり、尿の勢いが弱いなどのケースがあります。「ためる」のトラブルは、何度もトイレに行きたくなったり、トイレに間に合わず途中で漏れるなどのケースです。



女性のための泌尿器科外来スタッフ

女性特有の尿トラブルには、おなかに力がかかる時に尿が漏れる「腹圧性尿失禁」があります。咳やくしゃみ、笑ったり、重い物を持ち上げたりする時に尿が漏れる症状です。

これは妊娠・出産や肥満、更年期による女性ホルモンの低下、加齢などによって「骨盤底筋」が緩むために起こります。骨盤底筋を鍛える訓練や薬物療法、手術などの治療法があります。

骨盤底筋の緩みによって、骨盤内の臓器が膈から飛び出す「骨盤臓器脱」という病気もあります。骨盤臓器脱については20〜50代の約30%、50代の約55%、出産経験者の44

女性 骨盤底筋の緩みに注意

前立腺肥大薬で治せる 男性

男性特有の疾患としては、前立腺肥大症などがあります。前立腺肥大症を放っておくと、過活動ぼうこうや尿失禁、ぼうこう機能が衰えて残尿を生じやすくなる「低活動ぼうこう」、慢性腎不全や尿毒症、酒を大量に飲んだ時や風邪薬を飲んだ時などに突然尿

が出なくなる「尿閉」などの症状を招く可能性があります。前立腺が肥大すると尿道を圧迫するため、尿意切迫感や頻尿、残尿感などの症状が出た場合、前立腺肥大症が疑われます。尿道を広げたり、前立腺を小さくしたりする薬で治療できます。

手術の優位性が証明されています。特に前立腺がんや腎がんでは、世界中でロボット手術の優位性が証明されています。

前立腺がんや腎がんに対する最先端医療としてロボット支援手術があります。高性能な機械を体の中に入れて、遠隔操作で手術するといふものです。人間の手より緻密な操作ができ、開腹手術や腹腔鏡手術と比べて出血量を少なく、手術創を小さくすることが可能です。特に前立腺がんや腎がんでは、世界中でロボット手術の優位性が証明されています。



泌尿器科の病気をテーマに開かれた健康講座。郡山市



福島医大病院に導入された支援手術ロボット「ダヴィンチ」

しょうゆは「つける」 減塩の実践例 紹介

健康講座では、郡山市保健所地域保健課技査の管理栄養士加藤あゆみさんによる健康習慣のワンポイント講座が開かれました。加藤さんは「食育」をテーマに、バランスのよい食事や減塩対策について解説しました。減塩については「2016年度の調査で県民の1日の塩分摂取量は男性11.9g、女性9.9gで男女とも全国で2番目に多かった」と指摘しました。塩分を少しずつ減らして薄味に慣れることの大切さを訴え、しょうゆなどの調味料を「かけるよりつける」、昆布やかつお節などの「うま味を利用する」など、減塩の方法を具体的に説明しました。



バランスのよい食事や減塩対策について解説する加藤さん

ロボット手術で体の負担を少なく

泌尿器科では多くのがん治療を行います。泌尿器科の三大がんは腎がん、ぼうこうがん、前立腺がんです。腎がんは超音波検査で、ぼうこうがんは尿検査で早期発見が可能です。定期的な検査することが大切です。ほつこうがんについては、血尿が出たら注意が必要です。

頻尿のほか、突然尿意をもよおしてトイレに駆け込む「尿意切迫感」や尿漏れなどの症状がみられるのが「過活動ぼうこう」です。過活動ぼうこうは男女共通の症状で、国内で1千万人以上の患者がいると言われています。