

健康 ぶらざ

そのおしっこの症状、 過活動膀胱かも!

監修：福井大学医学部泌尿器科学 教授 横山 修

企画：
日本医師会

No. 513

過活動膀胱とは

おしっこに関する機能には、排尿(尿を出す)と蓄尿(尿を貯める)があります。その際に起こる様々な症状を「下部尿路症状」と呼びますが、その一つとして「過活動膀胱」があります。

主な症状は、急におしっこがしたくなり、漏れそうで我慢できない(尿意切迫感)、トイレに行く回数が多い(頻尿)や夜中寝ているときにおしっこで何度も起きる(夜間頻尿)、急におしっこがしたくなるだけではなく、トイレまで我慢できずに漏れてしまう、いわゆる尿漏れ(切迫性尿失禁)です。

日本排尿機能学会「過活動膀胱診療ガイドライン」によると40歳以上の日本人男女で過活動膀胱がある人は14.1%、患者数は1,000万人以上と推計されています。

*本誌掲載の情報は、過活動膀胱診療ガイドライン作成委員会
「過活動膀胱診療ガイドライン」(2022年)に基づき、一部を改訂した。



生活習慣病や 高齢者のQOLにも関係

症状の発生には、肥満・高血圧・脂質異常・耐糖能異常などのメタボリック症候群が直接、あるいは間接的に関わっていることがわかってきました。生活習慣病の中でも高血圧を持つ女性に過活動膀胱の重症例が多くなっています。

また、過活動膀胱は高齢者の生活の質(QOL)を損なうことが知られており、高齢社会を迎えている日本では、その治療に取り組むことは高齢者の健康寿命の観点からも重要です。

恥ずかしがらずに相談を

治療については、男性では前立腺肥大症が原因の場合もあり、患者さんの状況にあわせて薬が使われます。体重を減らすと尿もれが改善するという研究結果も報告されています。尿トラブルの症状を軽くするため、膀胱や骨盤底筋を鍛える方法も併用します。

女性の方は恥ずかしさから泌尿器科を受診するハードルが高く、多くの患者さんは、高血圧のように他の病気で受診されている、かかりつけ医の先生に排尿に関する症状を診てもらいたいとの希望を持っているようです。上のような症状に心当たりがあるときは、かかりつけ医に相談し、必要があれば専門機関を紹介してもらいましょう。