

女性特有のおしっこの悩み

最近おしっこの出が悪くなったり、近くなったり、そういった症状を自覚されたことはありますか？

おしっこの出が悪い、というと、男性の前立腺肥大症がまっさきに思い浮かぶところですが、尿のトラブルは男性に限ったものではなく、女性にももちろん起こりうるものです。今回は、代表的な女性のおしっこのトラブルについて、症状、治療についてまとめてみたいと思います。

①過活動膀胱

突然おしっこに行きたくなって我慢ができないような尿意がおこる、おしっこが近い、急にトイレに行きたくなり我慢ができずに漏れてしまう事がある(切迫性尿失禁)、などの症状が特徴です。現在 40 歳以上の男女の 8 人に 1 人(800 万人くらい)が、過活動膀胱の症状を持つといわれている身近な病気です。治療は生活指導(水分の取り方など)、行動療法(おしっこに行きたくなくても少しだけ我慢する)、飲み薬による治療などがあります。

②腹圧性尿失禁

咳をしたり、重いものを持ち上げたり、お腹に力を入れたときにおしっこが漏れてしまう、という症状が特徴です。骨盤底筋体操、食事運動療法や手術などの治療法があります。

③急性膀胱炎

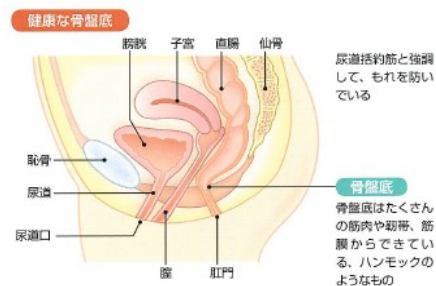
いわゆる膀胱炎です。おしっこが近い、痛い、残尿感がある、などの症状が急激に出ることが特徴です。女性は男性に比べて尿道の長さが短いので、細菌が簡単に膀胱の中に到達してしまうため、膀胱炎にかかりやすいと言われています。抗生剤や痛み止めによる治療が中心となりますが、繰り返す場合はガンや尿路結石などの病気が背景にある可能性がありますので、注意が必要です。

④間質性膀胱炎

頻尿や、おしっこが溜まったときの下腹部の痛み(蓄尿時痛)、などが特徴です。1 日に 20~30 回もトイレに行く、という方もいらっしゃいます。あまり頻度が高い病気ではありませんが、男性に比べて圧倒的に女性に多い病気です。原因不明の下腹部痛が、実はこの特殊な膀胱炎だった、ということもしばしばあります。診断・治療は手術が中心となります。

いかがでしょうか。実は、海外の調査では 18 歳以上の女性の約 60%は何らかのおしっこの症状を有しているといわれています。しかし、症状を自覚していながらも病院を受診する方は 8%程度に過ぎないともいわれています。泌尿器科って、男性が多いというイメージがあって受診しづらいと思いませんか？

泌尿器科の中には女性泌尿器科という分野もあるくらい、実は女性の患者さんも多くいらっしゃいます。もしご自身で気になる症状があれば、ぜひ泌尿器科を受診いただければ幸いです。



出典：女性の頻尿・尿失禁/法研

(泌尿器科 小名木彰史)



イラストでわかる患者さんのための心臓リハビリ入門
 上月正博著(中外医学社)
 心臓リハビリの最新情報を、誰もが目で見てわかりやすくイラストで紹介している本です。



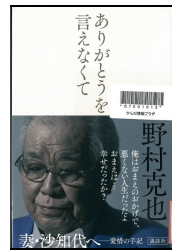
あなたの指先、変形していませんか?
 笠原 巖著(自由国民社)
 指先が太くなり、変形したりしていませんか。女性に多いといわれるヘバーデン結節の予防と治し方がかかれています。



重症筋無力症 とほほ日記
 わたなべすがこ著(三輪書店)
 重症筋無力症を29歳で発症した女性の日常生活を描いた漫画日記です。



日本の365日を愛おしむ 一日が輝く生活暦
 本間美加子著(東邦出版)
 令和の新時代の生活暦です。季節を楽しみながら毎日をゆったり過ごします。こんな日々を送るためにめくってみてください。



ありがとうを言えなくて 野村克也著(講談社)
 野村克也監督の亡き妻、沙知代さんへの愛情。亡くなってわかる妻の存在にこころ打たれます。



人生はニャンとかなる! 明日に幸福をまねく68の方法
 水野敬也著(文響社)
 可愛い猫の写真とそれを表す名言がまさにぴったりで笑顔になります。ぜひ読んでみてください。

お 勧 め の 一 冊

『注文をまちがえる料理店』は、認知症を抱える方が接客をするレストランです。このレストランでは、ハンバーグを頼んでも餃子が出てきてしまうこともあります。しかし、すべてのお客さんが「こっちは美味しそうだし、まあ、いいか」とむしろこのような間違いを楽しみます。それは、認知症を抱えるスタッフがお客様の“寛容さ”を引き出してくれるからです。“正確さ”や“効率さ”は大切ですが、日々時間に追われるあまりに“寛容さ”を忘れてしまうことはないでしょうか?



“寛容の輪”が広がれば、誰にとってもあたたかい、心地良い世の中になっていくのではないかと感じずにはいられない作品でした。

(薬剤科 香内 綾)

【がん相談支援センターからのお知らせ】

毎月1回、総合医療センター3階の患者図書室に於いて、がん患者サロン『あづまっぺ』を開催しています。がんに関わられた方やご家族の方、お茶を飲みながら、一緒にお話ししませんか?

参加予約は不要です。どうぞ、お気軽にご参加ください。

【ミニミニ講演の予定】

◇7月22日(月) 14時～ 乳がんのお話

外科 竹村真生子氏

◇8月27日(火) 14時～ 口腔内の乾燥

歯科衛生士 坂内広美氏

◇9月24日(火) 14時～ 感染症ってなぜおこるの?

感染管理認定看護師 高橋久美子氏