



横浜さかえ内科通信

過活動膀胱とは？

過活動膀胱は「急にトイレに行きたくなり、我慢ができません尿が漏れてしまうことがある」「トイレが近い」などの症状を示す病気です。命に関わる病気ではありませんが、いつもトイレのことが気になって、生き生きとした人生が送れなくなります。40歳以上の男女の8人に1人が、過活動膀胱の症状があります。

過活動膀胱の原因

老化により骨盤底筋が弱い、精神的ストレス、脳や脊髄の病気のために膀胱のコントロールが効かない、男性で前立腺肥大症による膀胱過敏などで発生しますが、原因不明もあります。

過活動膀胱の診断

まず左図のような問診です。その他、腹部エコー検査(残尿量の測定)、血液・尿検査などを行います。

過活動膀胱の治療

①薬物療法…抗コリン薬、β3刺激薬、漢方薬など
②

質問	症状	頻度	点数
①	朝起きた時から寝る時まで、何回くらい尿をしましたか	7回以下	0
		8~14回	1
		15回以上	2
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回	0
		1回	1
		2回	2
③	急に尿がしたくなり、我慢が難しいことがありましたか	なし	0
		週に1回より少ない	1
		週に1回以上	2
		1日1回くらい	3
		1日2~4回	4
④	急に尿がしたくなり、我慢できずに尿をもらすことがありましたか	なし	0
		週に1回より少ない	1
		週に1回以上	2
		1日1回くらい	3
		1日2~4回	4
		1日5回以上	5

質問③が2点以上で全体の合計点数が3点以上の場合、過活動膀胱の可能性がります。合計点数が5点以下は軽症、6~11点中等症、12点以上は重症と考えられます。

膀胱訓練…トイレに行く間隔を延ばして、膀胱の容量を増やす訓練です。③骨盤底筋体操…尿道を締める骨盤底筋の収縮力を高める訓練です。④電気刺激治療…電気で刺激を与えて、骨盤底筋の収縮力を強化した

り、膀胱や尿道の神経の働きを調整する治療です。

また、男性で前立腺肥大症のある方は、まず前立腺肥大症の治療を行い、効果が十分でないときに、過活動膀胱の治療を加えます。

頻尿や尿失禁に悩んでいるのに、恥ずかしくて相談できずに我慢している人は、たくさんいます。受診率は男女全体でたったの23%。とくに女性は低く、8%には達していません。まずはかかりつけ医に相談しましょう。

横浜さかえ内科

診療時間 月火水木金土日祝

9:00~13:00 ●●●● / ●○ /

15:00~19:00 ●●●● / ● / /

受付開始・終了は15分前 ○土曜日は9:00~14:00

JR本郷台駅徒歩3分

栄区小宮ケ谷1丁目15-2 長嶋本郷台マンション2F

TEL.045-897-5515