

最近トイレが近くな
った。尿漏れが気にな
って外出できない。年
を取るにつれ、こんな
悩みを持つ方が増えて
きます。突然、我慢で
きない尿意に襲われる
症状を「過活動膀胱」
と言い、40歳以上の8
人に1人が潜在的患者
と推定されるほど多い
病気です。

高齢ほど割合が高く
なり、70歳代で4人に
1人、80歳代では3人
に1人に症状が現れま
す。加齢に伴い、膀胱
の筋力低下で1回の排
尿量が減るとともに、
腎機能の低下によって
尿の濃縮力が落ち、多

ご近所の お医者さん

45

亀井病院(徳島市)

濱尾 巧副院長(51)



尿になるからです。
ただ、老化だけが原
因ではありません。脳
疾患や脊髄の障害によ
って膀胱のコントロー

ルが正常に働かなくな
ることがあります。前
立腺肥大によって尿路
が狭くなったことや、
出産で骨盤底筋が弱く

なったことが影響して
いる場合もあります。
急に尿意を感じて漏
らしてしまう切迫性尿

あり、トイレを我慢し
て排尿の間隔を延ばす

訓練や、肛門などを締
めたり緩めたりして尿
道を締める力を鍛える
運動を行います。

しなればなりません。
この病気は、重症に

なると、生活面では就寝前の
水分摂取を控えたり、
夕方からカフェインを
控えることが大抵
です。

【聞き手・竹内之浩】
けてください。

トイレ近く、早めの受診を

亀井病院(泌尿器科)
=徳島市八万町寺山231。
☎088・668・1177