

# 過活動膀胱



過活動膀胱とは  
どのような病気ですか？  
どのような治療がありますか？

Answer

お答えします！



岩澤クリニック  
院長  
岩澤 晶彦氏

過活動膀胱は特殊な病気ではありません。  
簡単な検査で診断でき、治療も可能です。  
年のせいだとあきらめず、専門医にご相談ください。

過活動膀胱は、日本排尿機能学会の調査によると、日本の40歳以上の男女全体の12・4%、約810万人もいるといわれています。もはや特殊な病気ではなく、むしろ日常診療の対象となる病気と言えます。

過活動膀胱とは、膀胱が過敏な状態となり、自分の意思とは反して膀胱が収縮して起こる症状です。急におしっこがしたくなり、漏れそうな感じになる「尿意切迫感」が必須です。それともにおしっこを漏らしてしまう「切迫性尿失禁」、さらに日中のトイレ回数が多すぎる「昼間頻尿」や、夜寝てからトイレに行くために1回以上起きなければならぬ「夜間頻尿」などが主な症状です。

原因としては、脳や脊髄の神経系にトラブルがある場合、前立腺肥大症により尿道が圧迫されて膀胱が過敏になることもありますし、加齢にも少なう影響や、原因不明の場合も少なくありません。

検査としては、問診と尿検査、超音波検査で膀胱の残尿を測定する検査を行います。

治療は、まず膀胱訓練や骨盤底筋体操のトレーニングにより、症状の改善を目指します。膀胱訓練は、トイレをできるだけ我慢して、排尿感覚を伸ばし、膀胱が尿を十分にためられる状態にするというものです。骨盤底筋体操は、膣や肛門を閉めたり緩めたりを繰り返すことで、尿道を締める力を強くする運動です。女性で、咳やくしゃみをしたとき、重いものを持ちたりしたときに尿が漏れてしまう「腹圧性尿失禁」の治療に行われますが、過活動膀胱でみられる「切迫性尿失禁」にも有効な治療法です。

さらに、薬との併用で早期改善が期待できます。薬も高い効果が期待されるものが多いと開発されており、抗コリン薬、β3交感神経刺激薬などがあります。2013年にはトビエースという新しい薬も開発され、非常に高い

効果が得られています。

このほかに生活指導として、過剰な水分摂取やカフェインの抑制によって、頻尿や切迫性尿失禁の改善が期待できる可能性があります。あわせて、早めにトイレに行く、外出時にトイレ位置を確認しておくなど、トイレ習慣の変更による、切迫性尿失禁を防止しやすくするといった予防対策も日常生活で有用といわれています。

また、過活動膀胱は女性に多くみられますが、でも前立腺肥大症にとお

こともあり、その場合に立腺肥大症の治療をしてることによって改善されま

過活動膀胱症状質問票  
1) というものがあり、この1週間のあなたの状態をもっとも近いものをひとけ選び、点数の数字を○で囲んでください。質問3の数が2点以上あり、かつ今

表1 過活動膀胱症状質問票

この1週間のあなたの状態にもっとも近いものを、ひとつだけ選んで、点数の数字を○で囲んで下さい。

- 朝起きた時から寝る時までに、何回くらい尿をしましたか  
○ 7回以下      1 8~14回      2 15回以上
- 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      1 1回      2 2回      3 3回以上
- 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      1 週に1回より少ない      2 週に1回以上  
3 1日1回くらい      4 1日2~4回      5 1日5回以上
- 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      1 週に1回より少ない      2 週に1回以上  
3 1日1回くらい      4 1日2~4回      5 1日5回以上