

# いのち ひろば

連載

(64)

毎月1回、中旬の水曜日に掲載

## 過活動膀胱について

小田原市立病院泌尿器科 藤川直也



今月のひとこと  
頻尿や尿もれにより、社会生活に支障をきたしている方もいます。過活動膀胱について理解し、適切な治療を受けることにより快適で苦痛のない生活をとりもどしましょう。

過活動膀胱(OAB:over active bladder)とは「急にトイレに行きたくなる」という尿意切迫感が必須症状としてあり、通常は頻尿と夜間頻尿を伴うことが多い疾患です。ときどきとしてトイレに間に合わず、尿が漏れだすこともありますが、日常生活に支障を来している方もいらっしゃいます。

原因は、大きく分けて神経因性過活動膀胱とそれ以外の非神経因性過活動膀胱に分けられます。神経性過活動膀胱とは、さまざまな神経疾患により、膀胱に分布する神経が過敏な状態となり、尿貯めのために制御機構が破綻することになります。原因となる神経疾患には脳梗塞、脳出血などの脳血管障害、パーキンソン病などの脳疾患、脊髄損傷、脊髄変性症(変形性脊髄症、椎間板ヘルニア)などの脊髄疾患などがあげられます。また糖尿病にもなる末梢神経障害なども原因となります。

診断までの流れ  
我慢することができない急な尿意を感じたら、近隣の泌尿器科診療所に相談ください。

① 行動療法  
メタボリック症候群は、頻尿だけでなく尿失禁との関係もあるため食事運動療法による減量により症状が改善するとの報告があります。また膀胱訓練といつて尿を我慢する訓練をする方法も治療効果をもとめられます。具体的には尿意をもよおしたときに最初は5分、次は10分というように徐々に我慢する時間を延ばしていく方法であります。女性

② 投薬治療  
過活動膀胱で主に使用される薬剤は抗コリン剤とβ3刺激薬である。前者は膀胱の過敏性の軽減作用があり、後者は膀胱容量を拡張させる作用があります。抗コリン剤の副作用として便秘、口渇、排尿困難、認知機能低下などがあります。β3刺激薬は便秘、口渇は少ないが、心拍数増加などの循環器系への影響が懸念されます。この2剤は過活動膀胱ガイドライン上の推奨グレードは高いが(推奨グレードA)その他の市販薬や漢方薬などは推奨グレードが低くなっています(推奨グレードC)。

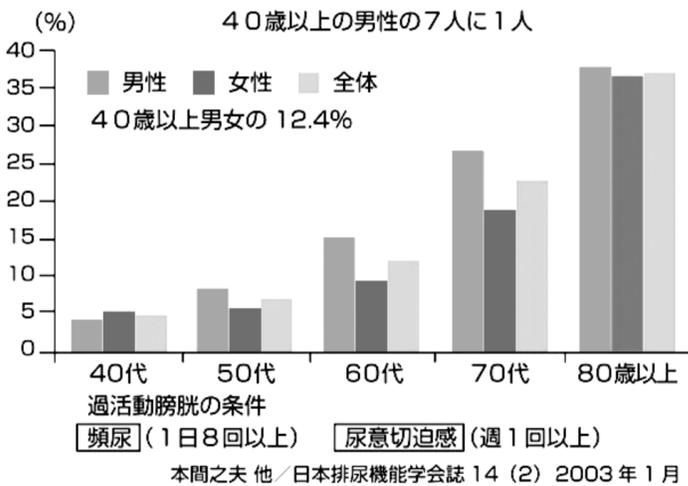
③ 神経変調療法  
電気、磁気低周波などで尿道、膀胱の神経を刺激して治療効果を得る方法であります。低侵襲であるが本邦で保険適応のある治療は干渉低周波療法のみであり、設備のある施設でのみ可能となっております。

④ 手術療法  
前立腺肥大症や骨盤性器脱症候群に伴う下部尿路閉塞が原因となっている場合は、前立腺肥大であれば内視鏡的前立腺切除術、骨盤性器脱を手術で治療することにより過活動膀胱症状が改善することがあります(改善率は50~60%程度)。

最後に  
過活動膀胱は生命にかかわる疾患ではないが、生活の質(QOL)を著しく低下させる疾患であります。さらに高齢の方の排尿トラブルは、夜間に頻回にトイレに行く際の転倒するリ

(図1)

### 過活動膀胱の年齢別・性別有病率



次回8月中旬(脳卒中のリハビリテーションについて)を掲載します。

### 小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の方対象

小田原医師会地域医療連携室では医師による電話相談を行っています。無料です。事前にお電話ください ☎0465-47-0833

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	13:00~14:00 内科 循環器科	13:00~14:00 整形外科		13:00~14:00 内科	13:00~14:00 小児科	13:00~14:30 内科 神経内科
9	10	11	12	13	14	15
	13:30~14:30 腎不全 循環器科	13:30~14:30 内科			13:30~14:30 耳鼻科	
16	17	18	19	20	21	22
		13:30~14:30 内科			14:30~15:30 産婦人科	
23	24	25	26	27	28	29
		13:00~14:00 内科	14:30~15:30 小児科		13:15~14:15 皮膚科	
30	31					
	13:30~14:30 内科					

日	月	火	水	木	金	土
						1
		13:00~14:00 整形外科		13:00~14:00 内科	13:30~14:30 内科 神経内科	
6	7	8	9	10	11	12
		13:30~14:30 内科				
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
	13:30~14:30 腎不全 循環器科	13:00~14:00 内科		13:15~14:15 皮膚科	14:30~15:30 産婦人科	
27	28	29	30	31		
	13:30~14:30 内科	13:30~14:30 耳鼻科	13:30~14:30 内科			

小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の皆様へ  
こんな時には小田原医師会地域医療連携室までお電話ください。

地域医療連携室  
☎0465-47-0833  
月曜日～土曜日 9:00～12:00  
13:00～17:00  
(祝日、祭日、12/29～1/3休刊)

医療機関のご案内  
救急や夜間、休日に対応した各医療機関の案内のほか、必要に応じて連携室への診療依頼もいたします。

医療相談  
救急・夜間・休日について  
救急・夜間・休日について  
救急・夜間・休日について  
救急・夜間・休日について

医療・介護・福祉関係のみなさまへ

小田原医師会地域医療連携室は、在宅医療の相談窓口として、医療・介護・福祉関係で働く皆様からのお問い合わせ、お悩みなどのご相談を受け付けております。

TEL: 0465-47-0833  
月曜日～土曜日 9:00～12:00  
13:00～17:00  
(小田原医師会地域医療連携室)

相談内容(例)  
・訪問診療の主治医がなかなか決まらない。  
・処方箋がもらえない。どこで診てくれるか。  
・転院した。かかりつけの整形外科が休診。  
・こんな症状の場合はどこを受診すればいいか。

医師による電話相談  
内科・外科・泌尿科・皮膚科  
整形外科・産婦人科・眼科  
小児科・耳鼻科  
13:30～14:30  
(小田原医師会地域医療連携室)

### 地域医療連携室の活動

### 医療・介護・福祉関係で働く皆様へ

### 在宅医療をご存知ですか ～いつまでも住み慣れた地域で暮らすために～

1. 在宅医療とは  
「生活の場」に訪問して行われる医療のこと。住み慣れた地域や自宅で安心して生活ができるよう、さまざまな専門職等が連携してご本人・ご家族を支えます。

2. 在宅医療で受けられること  
●訪問診療  
医師が困難な方のお住まいに、遠隔で医師が訪問して診療を行う。  
●往診  
急に具合が悪くなった等の理由によりかかりつけ医が緊急的・臨時的に訪問して診療を行う。

3. 在宅医療に関わる費用について  
訪問診療の費用には医療保険が使えます。  
例) 後期高齢者医療保険、在宅療養支援診療所から2回の訪問診療の場合1回訪問の方 約7,000円/月、3回訪問の方 約21,000円/月  
患者さんの状態によっても金額が変わります。費用の詳細については直接医療機関、ケアマネジャーにご相談ください。  
要介護認定を受けている方は一部介護保険も使えます。  
訪問看護については医療保険と介護保険が使えます。  
ヘルパーの訪問や福祉用具のレンタル等には介護保険が使えます。

●介護保険サービスのご利用には  
申請する → 認定を受ける → ケアプランの作成 が必要です。  
お住まいの地区の地域包括支援センター、行政の窓口までお問い合わせください。

小田原医師会地域医療連携室では、住民のみなさまに在宅医療について分かりやすく説明することを目的としてリーフレットを作成しました。HPよりダウンロードできます。(画像は在宅医療リーフレットの中間)

〈上記の問合せ先〉  
小田原医師会地域医療連携室 ☎0465-47-0833  
月曜～土曜(日曜、祝・休日、12/29～1/3休み)  
午前9時～正午/午後1時～午後5時

医療機関検索は  
小田原医師会のサイトから利用できます  
<https://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/>

小田原医師会より住民の方々へ