

## 尿失禁について

回答：泌尿器科 部長 亀山 周二

**患者：**尿失禁とはどんな状態なのでしょう？

**医師：**国際禁制学会の定義では、「尿失禁とは、客観的に確認できる不随意の尿の漏れで、社会的もしくは衛生的に問題となるもの」とされています。ですから、手足が不自由で、トイレまで行って用が足せないで、仕方なくオムツに排尿している状態（機能的尿失禁）は、厳密には尿失禁ではありません。

**患者：**尿失禁にはどのようなタイプがあるのでしょうか？

**医師：**おおまかにいって2つのタイプがあります。第一は、腹圧性尿失禁です。これは中高年女性によく見られ、咳、くしゃみ、お腹に力を入れたときなど、腹圧がかかったときに尿が漏れる状態です。原因としては、加齢により骨盤底の筋肉が弱って、締まりが悪くなるために生じます。また、閉経による女性ホルモン欠乏による粘膜の萎縮が原因にもなります。第二は、切迫性尿失禁です。

これは中枢神経や脊髄神経のような神経疾患に伴って生じることが多く、急に尿意が起こり、我慢ができずに尿が漏れる状態です。

**患者：**症状の評価方法は？

**医師：**世界共通に用いられている簡単な質問票（ICIQ-SF）があります。尿失禁の頻度、尿失禁量、日常生活に対する影響について点数化し、同時に尿失禁時の状況についての質問があります。これで、重症度と尿失禁のタイプが比較的簡単に分かります。

**患者：**尿失禁の治療法は？

**医師：**まずは、内科的治療法がとられます。膀胱の収縮力を抑制するお薬や、尿道括約筋の抵抗力を増強するお薬などがあります。お薬のみでなく、ご自身で骨盤底筋群を強化する体操をするのも有効です。それでも、尿失禁が改善せず、日常生活の支障になる場合には、手術治療がとられることもあります。

眼科 医師 木下 直樹



Q&A 先生教えて!

## 気になるメディカル

泌尿器科 部長 亀山 周二



## 緑内障って？

回答：眼科 医師 木下 直樹

**患者：**緑内障について教えてください。

**医師：**緑内障は、眼圧（目の硬さ）が高いために、視神経に障害が起きて、視野が欠けていく病気です。最近の調査では、40歳以上の日本人の20人に1人が緑内障であることが分かりました。

**患者：**正常眼圧緑内障って何？

**医師：**眼圧の正常値は10～21mmHgです。しかし最近では、眼圧が正常範囲内なのに緑内障になる「正常眼圧緑内障」の人が増えており、緑内障全体の約7割を占めています。

**患者：**どうして怖い病気なの？

**医師：**緑内障は、痛くもかゆくもなく、初期には視力も保たれていることから、自分では気づきにくく、気づいたときには、かなり進行している場

合もあります。いったん障害が起きた視神経は、元には戻らないので、放置すると失明する危険性があります。緑内障は現在、日本の失明原因の第1位となっています。

**患者：**治療はどうするの？

**医師：**緑内障で失われた視野を取り戻すことはできませんが、初期の段階で発見して治療を開始すれば、進行を遅らせることができます。治療としては、眼圧を下げる薬を使います。基本的には目薬ですが、時には飲み薬も使います。それでも眼圧が下がらない場合には、手術を行うこともあります。

早期発見のために、40歳を過ぎたら眼科検診を受けていただくことをお勧めします。