

## 頻尿とは

「尿が近い、尿の回数が多い」という症状を頻尿といいます。一般的には朝起きてから就寝までの排尿回数が8回以上の場合を頻尿といますが、1日の排尿回数は人によって様々ですので、一概に1日に何回以上の排尿回数が異常とはいええず、8回以下の排尿回数でも自身で排尿回数が多いと感じる場合には頻尿といえます。

**【頻尿の原因】**過活動膀胱、残尿(排尿後に膀胱の中に尿が残ること)、多尿(尿量が多いこと)、尿路感染・炎症、腫瘍、心因性に分けることができます。

### 1 過活動膀胱とは

膀胱に尿が十分に溜まっていないのに、膀胱が自分の意思とは関係なく勝手に収縮するという病気です。症状としては急に尿がしなくなって我慢ができず(尿意切迫感)、1回の排尿量は少なく、トイレに何回も行くようになります。場合によっては尿が間に合わずにもれてしまうこともあります(切迫性尿失禁)。

過活動膀胱は日本で800万人以上の男女が罹患する頻度の多い病気です。原因として脳卒中、パーキンソン病などの脳や脊髄の病気のために膀胱のコントロールが効かなくなることで発生しますが、加齢による老化現象として起こったり、原因が不明(明らかな基礎疾患がない)のことも少なくありません。

### 2 残尿とは

排尿後も膀胱内に尿が残る状態をいいます。膀胱内に残尿があると、結果的に尿を溜められる膀胱のスペースが減少するために、1回の排尿量は少なく、何回もトイレに行くようになります。

原因として、前立腺肥大症による排尿障害が進行すること、また糖尿病や腰部椎間板ヘルニア、子宮がん・直腸がんの手術などで、膀胱を収縮させる神経が障害され、膀胱がうまく収縮できなくなって排尿障害が引き起こされることで発生します。

### 3 多尿とは

膀胱や尿道に問題がなくても、糖尿病などの内分泌疾患、水分の多量摂取、薬剤(利尿剤)による尿量増加が頻尿の原因となります。この場合には、1回の排尿量は正常(150～200ml以上)であるにも関わらず、何回もトイレに行くこととなります。

### 4 尿路感染症とは

膀胱炎や前立腺炎などの尿路感染が起こると、膀胱の知覚神経が刺激されて頻尿になります。また間質性膀胱炎は原因不明で、膀胱に慢性の炎症を起こす病気ですが、長期間続く頻尿、膀胱充満時の下腹部痛が特徴的です。

### 5 腫瘍とは

膀胱内にできる腫瘍の多くは膀胱がんです。膀胱がんの重要な症状は血尿ですが、まれに膀胱刺激症状として頻尿がみられることがあります。

### 6 心因性頻尿とは

膀胱・尿道の病気もなく、また尿量も問題ないにも関わらず、トイレのことが気になって何回もトイレに行ってしまう状態です。心因性なので、夜寝てしまえば排尿のことを気にすることはないので、通常夜間の頻尿はないことが多く、朝起床時の排尿量は正常です。

以上のように、頻尿といっても原因はさまざまであり、対処法も異なります。

生活習慣を見直しても改善しない頻尿は、泌尿器科専門医への受診をお勧めします。

## 11月の休日当番医

診療時間：10時～16時

当番医は変更になる場合がありますので、必ず確認してからお出かけください。この時間以外の診療は、志木消防署[☎048(472)0119]へお問い合わせください。

	場所	施設名	科目	電話	場所	施設名	科目	電話
3日	新座	いしもと脳神経外科・内科	脳外・内	048(483)7111	朝霞	大野眼科クリニック	眼	048(424)3733
4日	志木	かまた内科クリニック	内・消内・糖内	048(472)7070	新座	志木耳鼻咽喉科医院	耳・気	048(472)9555
10日	朝霞	鈴木内科	内・小	048(473)6611	志木	福島脳神経外科・内科クリニック	脳外・神内・内	048(474)3000
17日	新座	くりはら内科クリニック	内・消内・循内	042(438)6606	和光	中川眼科	眼	048(465)1144
23日	和光	西谷医院	内・小・循内	048(461)2226	新座	牧田産婦人科医院	産婦	048(478)1151
24日	新座	坂本医院	内	048(481)4839	志木	内田耳鼻咽喉科医院	耳・気・外	048(473)3387

### ◆埼玉県救急電話相談と医療機関案内◆(24時間365日)

#7119(小児・大人共通)

つながらない場合 ☎048(824)4199

※「小児救急電話相談」及び「大人の救急電話相談」も引き続きご利用になれます(24時間年中無休)。

小児救急電話相談 #8000

☎048(833)7911

大人の救急電話相談 #7000

### ◆休日歯科応急診療所◆(新座市保健センター内)

11月3日(日)・4日(月)・23日(土)

9時～11時30分 問合せ/☎048(481)2211

### ◆埼玉県医療機能情報提供システム◆

ネットで医療機関の情報が検索できます。

<http://www.iryu-kensaku.jp/saitama/>

