

めうゆう ひま

You & Urology = 泌尿器科

第51号

2024.9



発行：里見腎泌尿器科・野口 純男

〒238-0007 横須賀市若松町1-10 野口ビル 5F

TEL:046-821-3367・FAX:046-821-3368

前立腺肥大症の手術療法について

前立腺肥大症の治療については最近はくすりも有効なものも多く開発されてきて、くすりだけで日常生活に問題のない患者さんはくすりを継続すればよいのですが一生飲み続ける必要があります。それなりに経済的にも負担があります。また、アルコールや感冒薬内服後に自分の力で尿が出なくなり（尿閉）、救急病院で尿道カテーテルを膀胱に留置されることもあります。前立腺肥大症が中等度以上の大きさの患者さんでは血尿、尿路感染症、膀胱結石などがおこる可能性もあります。また、超高齢（85歳以上）になったり、寝たきりになると手術の合併症や後遺症のリスクが増え、手術をしてくれる病院が限られてくることもあり、手術を受けるのであれば比較的若い60代70代の時がお勧めです。

最新版の『男性下部尿路症状・前立腺肥大症診療ガイドライン』によると前立腺肥大症による手術の主流は、組織の切除や蒸散（熱で焼いて蒸発させる）を主体とする術式とあります。その他に組織の熱凝固、変性を主体とする術式、尿道吊り上げ術、水蒸気を使った治療などの術式が記載されており、全部合わせるとなんと20種類あります。そのうちのほとんどの術式は治療成績がよくなかったり、術後の合併症や後遺症が多いなどという

理由で歴史の変遷とともに行われなくなっています。だいたい、一つの術式の評価が決まるのは20年くらいはかかるといいます。現在行われている方法は20年以上多くの病院で行われて定着してきている術式ですが、多くは前立腺の組織を切除したり、蒸散したりする方法で特殊な電気メスやレーザーを用いて行われています。

すべて経尿道的なアプローチで行う手術で麻酔下で行われます。昔に比べて現在はどの手術の方法もより安全に繊細になっていますが、入院が必要なことが殆どです。入院期間は3日から7日くらいが多いようです。手術は泌尿器科専門医が常勤でいる総合病院で可能です。手術を希望される患者さんは希望する病院に紹介しますので遠慮なくお申し出ください。



『尿(おしっこ)について』

われわれ泌尿器科医は毎日のように患者さんの尿を検査して病気の診断をして、

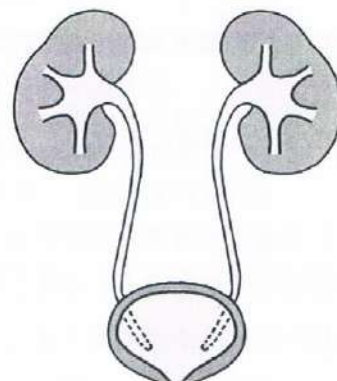
治療をしているわけですが、みなさん正常な尿についてどれだけ知っていますか？

人は毎日数回は尿を出しますが、なぜ毎日排尿しなければならないのか考えてみたことがあるでしょうか。水分をたくさんとると尿の量が増えることは誰でも経験することなので尿は体で余った水分が出ているだけだと思っている人もいますがそれは違います。尿は腎臓が毎日正常に働いている結果として体の老廃物と一緒に体外に排出されていて、尿が出せなくなると老廃物が体に貯まってしまいます。

ゆうゆうひろばでも 47 号と 48 号で腎臓のはなしを掲載しました。主に、腎臓の働きに焦点をあてたお話でしたが、腎臓の主な働きは体のなかで細胞から血液中に出てきた老廃物を尿の中に排出して、またきれいな血液を体に戻すという作用で、この働きがあるので血液や細胞が正常な状態を維持することができるわけです。老廃物とは具体的には主に尿素、尿酸、アンモニアなど窒素化合物で体の中でたんぱく質やアミノ酸が代謝された結果として生じる血液中のゴミのようなものです。尿素や尿酸は無臭ですがアンモニアは独特のアンモニア臭があり、特に濃縮すると強くなるので尿の嫌な臭いとして感じるので

す。また、正常の尿の色が薄茶色なのはウロクロームという色素によるものです。他にも尿の中には様々な微量なたんぱく質、電解質、ブドウ糖、ホルモンなどの物質が出てきます。そして正常尿は無菌ですので大腸菌など無数にいる便とは全く違います。尿が赤くなるのは血尿、ヘモグロビン尿、薬剤性が考えられ、白くなるのは尿路感染(膿尿)や乳び尿(フィラリア症)が考えられます。

一日の尿量は成人で 800 から 2400ml で平均すると 1500ml 程度です。一日の排尿回数は 4 から 7 回で一回の排尿量は 200 から 400ml 程度です。膀胱に 150 から 200ml の尿が貯まると尿意を感じて(初発尿意)、300 から 500ml までは排尿せずに我慢することが出来ます(最大尿意)。これはあくまでも日本人成人の平均です。特に高齢男性に多い前立腺肥大症や高齢女性で多い過活動膀胱では我慢できる量が減少してしまい 100 から 200ml で我慢できることも多くなってきます。



Q&A コーナー

日頃から患者さんによく聞かれる質問にお答えします。

① 高齢になると夜に何回もトイレに起きるのは何故ですか？

ゆうゆうひろばでも何回か取り上げましたが、一言で説明すると加齢にともなう体の変化（いわゆる老化現象）です。しかし、個人によってその原因は様々ですし、一回起きれば済む場合もありますし、一時間おきに起きてしまう場合など程度も様々です。もっとも多い原因は夜間多尿による夜間頻尿です。脳や腎臓の老化、夕方からの飲水過多（特にカフェインやアルコール）が原因になります。高血圧の方は夕食時の塩分のとりすぎも原因になります。泌尿器科的な原因としては前立腺肥大症による残尿量の増加や過活動膀胱による膀胱の慢性刺激などありますが、睡眠時無呼吸症候群や不眠症による頻尿もあります。様々な要素が重なり合って症状が悪くなることが多いです。70歳以上になると夜間1回は普通トイレに起きますが、1回起きるだけですむ日もあれば4回起きてしまう経験される方も多いと思います。次の日に前の日を振り返り生活習慣の何が悪かったかを見直すことがまず重要です。難しい場合は薬もありますので御相談下さい。

② 膀胱炎を繰り返すのはどうしてですか？

一般的な膀胱炎というのは、正式には急性

単純性膀胱炎のことを指し、患者さんのほとんどが女性です。原因になる細菌は大腸菌などの便の中に排出される菌です。体調が悪化したとき（睡眠不足や疲労の蓄積など）や下痢をしたときに温水洗浄で肛門付近を洗浄した後、若い女性では性交後などに起こりやすくなります。年一回程度は起こす方は普通ですが年に3回以上起こす方は何らかの原因がありますので自分で原因を思い起こして対策を立てる必要があります。法事やパーティーの後に起こすことも多いようなので対策が難しい場合もありますが、若い10-30代までであれば大量飲水と安静、睡眠で自然治癒する場合があります。しかし、痛みを伴う場合は抗生物質を飲まなければ治らないことが殆どです。ドラッグストアで売っている漢方薬では治りません。



☆☆診療分担表☆☆

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 } 12:30	野 口	代 診	野 口	/	野 口	代 診 第1野口
午後 3:00 } 6:00	野 口	第1代 診 第2野 口 第3代 診 第4野 口 第5代 診	野 口	/	野 口	/

● お知らせ ●

○夏季休暇は下記の通りです。
8月26日(月)～8月31日(土)まで
休診いたします。

—*

— 編集雑記 —

■古希を過ぎるころから老化現象が出てきます。目がかすむ。耳鳴りがする。歯周病が治りにくい。首肩がこる。手がしびれる。腰膝が痛む。夜1-2回トイレに起きる。これはすべて私のことです。老化現象と思ってしまえばいいのですが、何とかならないかと思うこの頃です。それに加えて筆が重くなってきました。先日『90歳、何がめでたい』という映画を観てきましたが、作家の佐藤愛子さんは90代で随筆がベストセラーになるのですから少し元気をもらえました。ゆうゆうひろばはもう少し続けることにしました。

■おすすめ図書コーナー。

最近読んだ中で推奨する本の紹介です。

『コロナワクチンその不都合な真実』

アレクサンドラ.アンリオン=コード著

国際的な遺伝学者で、特にmRNAの研究で世界的な権威が書いた衝撃の本。これまでに世界中で打たれてきた新型コロナワクチンの危険性について科学者の立場から述べられています。コロナワクチンが普通のワクチンでは安全性確認までに10年はかかるどころ1年足らずで開発されたことは周知の事実ですが、当時の状況から考えると安全性の確認を省略するのは仕方がなかったとはいえるし、コロナワクチンに一定の効果があったのは事実であるものの、コロナワクチンの危険性については、特に世界の政治家や製薬業界が殆ど無視してきたことも事実です。今になって振り返ってみると私(院長)は3回接種しましたが、3回目の接種の24時間後に今まで生きてきて最も高い熱(38.5度)が出て半日動けなかった経験があったのでそれ以降は接種し

ていませんが、当院通院の患者さんや周囲に聞くともっとひどい副作用で入院したり、中には死亡したりする人もいたと聞いたりします。日本中ではかなり(統計では発表されていませんが)多くの人が被害にあっていると思います。特にコロナワクチンをP社から買い過ぎて、使用期限後に捨てるのも非難されるのでワクチン接種を執拗に奨励していた政府の姿勢を思うと少し怒りを覚えます。

『金を使うならカラダに使え』 堀江貴文 著

実業家でも有名なホリエモン氏は予防医療普及協会を立ち上げて「健康で長生き」するための最新の医学知識の普及活動もしておられる。本書では13名のエキスパートの医師たちとの対話が掲載されています。まず、氏が健康診断は大事であることを述べていますが自分の体の状態を自分自身で知っておくためには最低限に必要なこと。同感です。自分の健康は自分自身で守るという姿勢が大事なのです。ただし、健康診断の基準値に惑わされないように。何回か受けていけば基準値は自分なりに設定してもいいものであることがわかってきます。

『開業医の正体』 松永正訓 著

大学の勤務医の出世コースから個人の事情で開業医になった小児外科医の著書。開業医のリアルな姿が詳細に描かれています。同業者としてはここまで書いていいのかと言いたい箇所(例えば経営事情)もありましたがほぼ真実でした。読み物としても大変面白いのでおすすめ本です。