

めうゆう ひま

You & Urology = 泌尿器科

第41号

2017.12



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

『それでも煙草を吸いますか？』

—煙草の健康被害について—

今回は喫煙の害についての話です。吸ってる人も吸わない人もご一読下さい。今年、厚生労働省の有識者検討会は、がん、脳卒中、糖尿病など22種類の病気の発症や死亡の原因として喫煙が「確実」という結果を新聞紙上に発表しましたのでお読みになった方も多いと思います。ここで重要なのは他人のたばこの煙を吸う受動喫煙でも何種類かの病気で因果関係が確実と報告したことです。それは心筋梗塞、脳卒中、肺癌、ぜんそくなどですが国の検討会が日本人への影響を総合的に判断したのは何と今回が初めてとのことです！

欧米では20年以上前から言われていることなのに、なんと歴代の日本政府は煙草に関してはこんなにも甘いのでしょうか？政治家やメディアに喫煙者が多いという意見（うわさ？）もありますが、日本は先進国の中ではすでにニコチン中毒になっている人が多いとも言えます。一日20本以上喫煙している人はすでにニコチン中毒者なので病院の禁煙外来などでの治療が必要と言われてます。一日20本というのは根拠がありまして、大体喫煙後45分で血中のニコチン濃度が下がるので起床している間にニコチンの血中濃度を保つには一日20本必要と言うことです。

今回の発表で政府が重い腰を上げて、警鐘を鳴らしたのは特に子供に対する受動喫煙の被害です。今回の報告でも子供のぜんそくや乳幼児突然死症候群との関係は「確実」と評価されました。少子高齢化が叫ばれる今日喫煙による子供の健康被害は切実な問題です。日本の受動喫煙による健康被害への対策は世界保健機構（WHO）から「世界最低レベル」とありがたいくない指摘をされていますので、日本医師会ではこのことを非常に重くとらえており、全国的な署名活動を現在、展開していますし、東京都ではオリンピック、パラリンピックに向けて特に受動喫煙防止を重点課題にしています。

今回、話題にあげたのは喫煙が私が専門にしている「がん」の原因の大半を占めていることでもあります。今回の報告で喫煙者に多いがんとしてあげられているのは肺がん、咽頭がん、喉頭がん、鼻腔がん、副鼻腔がん、食道がん、胃癌、肝臓がん、膵臓がん、子宮頸がん、そして膀胱がんです。次ページに膀胱がんの話がありますので引き続き目を通してください。

『ちょっと怖い血尿の話 -膀胱がんについて-』

(はじめに)

ある日突然、尿に血が混じって受診される患者さんがいます。症状は肉眼的血尿といますが、原因となる病気はいくつもあります。もっとも多いのは女性に起こる膀胱炎ですが、ほかにも尿路結石、前立腺肥大症など比較的頻度の高い疾患でも起こります。比較的若い男性では射精後の血尿などがあります。これらは良性の疾患で、血尿以外に排尿痛、排尿困難、腹痛などの症状を伴う事も多いのですが、もっとも怖い病気は膀胱がん(腎盂がん、尿管がんも含めて尿路上皮がんといいます)で、いわゆる無症候性肉眼的血尿が最も多い症状(80-90%)で血尿以外には症状がなく、ある日、何の前触れもなく突然尿が真っ赤になります。

(膀胱がんについて)

今回は、私のライフワークでもあります膀胱がんのお話です。これまで500人以上の患者さんを診察したり、手術をしてきました。現在も通院されている患者さんが大勢おられます。膀胱がんの一般的な説明に関しては『ゆうゆう広場-よりよい医療をめざして-』の28-29頁に病気のまめ知識としてすでに前院長から御紹介がありますので参考にしてください。最近ではニュースになった福井県の染料の工場での膀胱がんの集団発生の記事を読まれた方もいるかと思います。また、有名人では映画俳優の松田優作さん、菅原文太さん、評論家の立花 隆さん、元長野県知事の田中康雄さんなどが闘病しています(松田さん、菅原さんは膀胱がんで亡くなられています)。

(無症候性肉眼的血尿が出たら泌尿器科にかかりましょう)

繰り返しになりますが、初発の症状として最も多いのが突然、痛みもなく訪れる血尿(無症候性肉眼的血尿)です。他に顕微鏡的

血尿、頻尿、排尿痛などで発見されることがあります。私は以前大学病院に勤務していた時期に膀胱癌の患者さん394名について特徴について調べたことがあります。自覚症状としての血尿が出てから医者にかかるまでの期間についてみると65歳以上の患者さんは一カ月以内の受診が66%なのに対し65歳未満の患者さんでは1カ月以内に受診した患者さんは45%で半数以上一カ月以上経過してからの受診でした。膀胱癌の患者さんの血尿は一度出て一回消失することも多いので注意が必要です。2回目の血尿が一カ月以上たってからのことも珍しくありません。いちばん長い人では二回目の血尿が一年たってからの受診でした。この方はかなり進行しており、治療にも難渋しました。

(膀胱がんは早期の発見、治療が重要です)

膀胱癌は大きく分類すると①筋層非浸潤癌②筋層浸潤癌③転移癌に分類できます。①は膀胱を温存できますが、②は膀胱摘除術が基本術式です。同時に尿路変更術(腸を使用した人工膀胱など)が必要です。③は抗癌剤による化学療法が基本です。10年生存率では①は80-90% ②は40-60% ③は10%以下です。①は早期癌ですので早期に発見することの重要性がお分かりと思います。

(膀胱がんの原因の半分は喫煙です！)

男性では50%、女性では30%が喫煙が原因という調査があります。受動喫煙を含めると膀胱がんの半分は喫煙が原因と言われています。あとは、職業性(有機溶媒など発がん性のある物質に長期間暴露されている人など)が有名です。職業性の場合には国からの行政指導がはいますが、喫煙は個人の責任です。ですから膀胱がんの予防は禁煙がもっとも効果的です。喫煙している人がいる環境をさけることも受動喫煙による膀胱がんの予防に効果的です。

—書き残したこと— 急性膀胱炎(再考)

医者をはほぼ引退した私ですが、まだ書き足りないことがあり、迷惑を承知の上ここに再登場しました。野口院長の忖度のお陰です。

■膀胱炎には急性と慢性があります。慢性膀胱炎は原因がいろいろあり、治りが悪くその名の通り慢性に経過するもので、突然出現し薬を数日のむことで治ってしまう急性膀胱炎とは全く別物ですのでここでは取り上げません。急性膀胱炎は細菌が膀胱に浸入して起こす感染症で、風邪のとき喉の粘膜が赤くなっている様に膀胱の粘膜が赤くなり、下腹部が痛み、排尿時の痛み、頻尿、残尿感、血尿などが出現します。私は膀胱が風邪をひいたようなものだと説明しています。これはありふれた、心配のない病気だという意味で使っていますが、実は喉の風邪とはかなり異なります。風邪は他人からのウィルスの感染によるもので抗菌剤は効かず、自分の免疫力で治すのですが、膀胱炎は自分が既にもっている細菌の感染で、薬が簡単に効き、治ります。そして最も大きな違いは、膀胱炎にかかるのはほぼ全員が女性です。

■何故か分かりますか。そうです。女性の尿道は4cmと短く、外陰部にある尿道口から細菌が入りやすいためなのです。男性の尿道は20cmくらいありますので細菌が膀胱まで浸入しにくい。尿道口付近に女性ほど細菌はいないためと思われています。通常膀胱に入った細菌は増殖する前に排尿で膀胱の外に出されてしまい大部分の人は膀胱炎には至りません。風邪と同様、体が疲れて抵抗力(免疫力)が落ちている時に発病すると思えます。旅行のあととか(大浴場で感染したと考えている方がいますが、疲れで免疫力が落ちていたのでは?)、孫が遊びに来て大変だったとか、家族の看病疲れとか、そして何故かお通夜の晩に寒いところに長時間立っていたなどが原因の様ですよ。心当たりがありますか。

■繰り返す人の中に外陰部を頻りに洗って清潔に保っているのと言う方がいますが、女性の尿道口は肛門や膣の間近にあり清潔に保つには難しく無駄な努力は止められたら如何ですか。どうしてもきれいに保ちたい方は、排便(大

便)後まず紙で肛門を十分拭き、その後ウォッシュレットで肛門を洗い、次に外陰部を洗う様心掛けたら如何でしょうか。性行為後必ず膀胱炎を起こす人は直後に排尿して膀胱へ入った細菌を排出する習慣をつけて下さい。

■治療は簡単です。膀胱に浸入した細菌に効果のある抗菌剤を服用すれば、2日くらいで症状は改善し、5日くらいではほぼ治ります。心配性の私は7日間完全に薬を飲んでもらっています。一番悪い薬の飲み方は、良くなったからと自己判断で2~3日で薬をやめ、又症状が出て来たときに飲むという方法でこれを繰り返すと細菌に抵抗力(耐性)をつくることになり、本当に大事なときに効く薬がなくなりますので注意してください。

■今どき抗菌剤は全ての細菌に効くとは思っていないでしょうね。10~20人に1人くらい薬が効かない人がいるのです。これは普段からほかの病気で抗生物質を何回も飲んでいて多く、自分の持っている細菌が耐性菌になってしまったためなのです。初診時、何菌(大腸菌80%、ブドウ球菌5%、肺炎球菌3%、腸球菌3%など)による感染か、どのくすりが効くか(感受性、耐性)の検査を患者さんの承諾なくこっそり行ってます。これが高額(保険3割の方で1470円)なので、たかが膀胱炎くらいでこんなに払わされるのかと思う方もおられましょう。1週間薬を飲んでも治らなかつた時、本当に効くくすりが出されたのか確認するため必要なのです。検査結果に従い感受性のある薬に替えると数日で治り1470円の元を取り返します。

■もったいぶった様に顕微鏡をのぞいていますが、これは細菌、膿(うみ=白血球)の有無を調べ、これらのいずれもなければ膀胱炎でない可能性もあるのです。時に特徴のある形をした腸球菌が見つかることがあります。この菌はもとセフェム系薬剤に耐性をもっていることが分かっていますので、当院で膀胱炎のときに出している安価のバンナは効きません。はじめからキノロン系薬剤のクラビットを出すことができます。無駄に顕微鏡をみているのではありません。念のため。

■代金の話のついでに、多くの家庭医ではクラビット500mg1錠が出されています。当院では原則バンナ2錠を出します。前者1錠415.7円、後者1錠71.3円です。(里見佳昭)

☆☆診療分担表☆☆

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ┆ 12:30	野 口	交代制	野 口	里 見	野 口	第1代診 第2,3野口 第4小川 第5野口
午後 3:00 ┆ 6:00	野 口	野 口	野 口	里 見	野 口	

● 休診のお知らせ ●

○年末年始の休診は下記の通りです。
12月28日（木）午後より1月3日（水）まで。
平成30年1月4日（木）より通常の診療を致します。

— * — *

— 編集雑記 —

■日頃から当院をご利用いただきまして有難うございます。長らくご利用いただいておりますアクアショップのミネラルウォーターですが店舗の倒産という報告があり、また衛生管理上の問題もありまして9月から廃止とさせていただきます。皆様には御不便をおかけいたしますが、自動販売機も周囲に多数ありますので、そちらをご利用いただくようお願い致します。

■ホームページ(<http://www.satomi-uro.com/>)にゆうゆう広場の紹介文を掲載しました。この半年の調査では当院に初診で受診される患者さんの約30%がホームページ をご覧になったの受診です。新規の患者さんの電話予約も可能になっています。(046-821-3367)。予約ありの受診ですと予約なしの受診と比べると待ち時間が30-60分長くなりますので、電話予約しておくことをお勧めします。

■年一回（6-7月ごろ）2泊3日で職員旅行があります。前院長が開始されそのまま継続していますが、毎回職員全員参加ですので医院は休診させていただきます。福利厚生も重要ですのでご了承ください。ちなみに昨年は伊勢志摩から和歌山への旅行で、伊勢神宮や熊野に行ってきました。今年は佐賀（伊万里、嬉野、唐津）から太宰府でした。

皆の日頃からの行いがよかったせいか比較的晴天に恵まれました。

■おすすめ図書コーナー。最近、読んだ本のうちお薦め本を御紹介。

『人類の未来』（吉成真由美編。NHK出版新書）新書は結構読みますが、最近読んだ中では秀逸です。国際情勢、AI（人工知能）の未来、気候問題やこれからのライフスタイルの変化など内容豊富です。

『韃靼疾風録上下』（司馬遼太郎。中公文庫）司馬本は結構読んでいますが、人気作家ですので読まれている方も多いと思います。中国の歴史で明から清に代わるころの時代背景がよくわかります。また、人物描写がさわやかなのも司馬本の魅力の一つです。

