

県立三好病院

平成25年1月・2月号



今月の特集：夜間頻尿について



新年明けましておめでとうございます。
現在、徳島県立三好病院（以下、当院）では高層棟（入院病棟）の建て替え工事中です。昨年5月20日に安全祈願祭・起工式を行い、平成26年・夏の完成を目指しています。今年も工事期間中で何かと御不便をおかけいたしますが、御理解と御協力の程よろしくお願い申し上げます。

「高度・専門医療に取組み、四国中央部の医療の拠点病院を目指す」というのが新病院の方向性です。医療機能としては従来からの急性期医療を担っていきませんが、特に救命救急医療、がん医療の充実を図る方針です。救命救急医療では屋上にヘリポートを新設し、救急搬送の充実を図るとともに、超急性期医療が必要な脳梗塞、心筋梗塞など脳血管を含めた循環器疾患に対応できる体制づくりを進めています。がん医療においてはリニアックを導入し、放射線治療を開始する予定です。これにより手術療法、がん化学療法、放射線療法の三本柱が揃い、「がん」に対する集学的な治療が可能となります。また、公的病院では県内初となる緩和ケア病棟を新設し、がん患者さんの苦痛の軽減を目指します。既に、平成24年3月には「徳島県がん診療連携推進病院」の指定も受けており、県西部のがん診療の拠点病院として、より一層励んでまいります。

地域医療支援病院承認への取り組みについても、いよいよ目標年度の平成25年度を迎えようとしています。地域の中核病院として、当院が担っている役割を果たせるよう、回復期・安定期に入った患者さん、投薬だけの患者さんには出来る限り地域の開業医の先生方に紹介させて頂いておりますので、一層の御理解、御協力をお願い致します。

今年も、医療の質を高めることはもちろん、新病院に向かってのスタッフの確保、療養環境の整備を進め、快適で魅力ある病院、そして、災害に強い病院を目指したいと思っています。

今年も御支援のほどよろしくお願い申し上げます。

徳島県立三好病院長 余喜多 史郎

～県立病院事業基本理念～

県民に支えられた病院として県民医療の最後の砦となる

夜間頻尿について

泌尿器科 中西 良一

はじめに

夜間頻尿とは、夜眠りについてからトイレに1回以上起きなければならず、それが日常生活に支障をきたしている場合をいいます。これは、2002年の国際尿禁制学会で議論されて、国際的に定義されている由緒あるものです。40歳以上の男女に対して行われた調査では、夜間頻尿は男性71.7%、女性66.9%に認められ、その罹患率は年齢とともに上昇することが示されました¹⁾(図1)。実際には、夜の回数が増えると、生活への支障度も増加し、男性では3回以上、女性では4回以上となると、生活の質が大きく障害されるようです²⁾(図2)。高齢者の場合、夜間の回数が多いと、転倒することが多くなり、時には、骨折の原因にもなります。

でも、夜トイレに起きるのは、歳のせいだと思って、そのまま受け入れてしまっている方も少なくありませんし、病院へ行くのは恥ずかしいといった理由で、受診されない方もたくさんおられると思います。

では、なぜ、若いころには、トイレに行かなかったのに、歳をとってから、このようなことが起こるのでしょうか？ いろいろな原因がありますが、主なものには、①機能的膀胱容量の減少、②夜間多尿、③睡眠障害があります。

原因① 機能的膀胱容量の減少

機能的膀胱容量とは、膀胱に一度に尿をためることのできる量が減ってしまうことです。前立腺肥大症、過活動膀胱のような高齢者に多い病気が原因でこのような状態を引き起こします。また、膀胱炎になっても、このような症状を起こします。

過活動膀胱とは、2002年の尿禁制学会で定義された新しい病名です。現在、日本には、40歳以上の男女の8人に1人という高率で存在し、潜在患者は800万人以上になると推定されています。この病気になると、自分の意思に反して、100ml前後の尿がたまるだけ

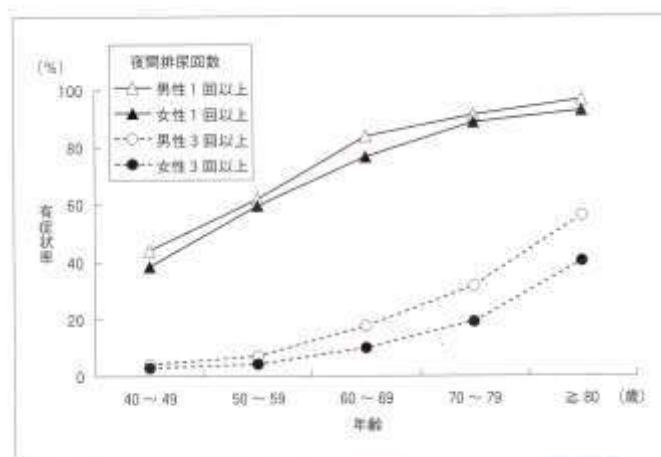


図1 年齢・性別ごとの夜間頻尿の有症状率

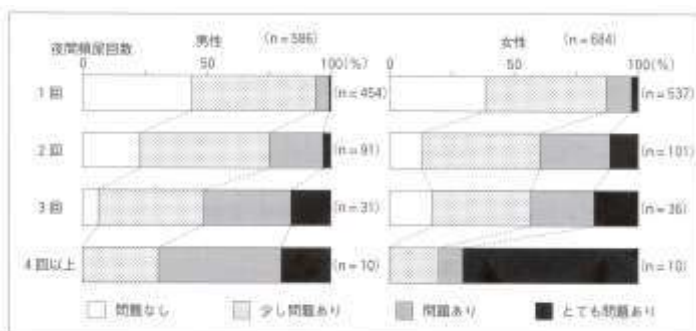


図2 夜間頻尿とQOL

で膀胱が収縮して、尿が我慢できなくなり、夜間頻尿の原因となります。

原因② 夜間多尿

夜間多尿とは、夜間の尿量が増加することです。これには、さまざまな定義があり、確立はされていませんが、たとえば、高齢者の場合、1日の尿量の約1/3が夜に出してしまう場合は、夜間多尿になります。その原因の一つには、水の飲みすぎがあります。テレビなどで、血液がドロドロだと、頭や心臓の血管がつまるので、血液をサラサラにするために、水を1日2リットル以上は飲みましょうというのを、よく聞くことがあります。しかし、これには全く根拠はありません。実際には、脱水でないかぎり、いくらたくさん飲んでも血液粘稠度を低下させないし、脳梗塞や虚血性心筋梗塞の予防にはならないといわれています³⁾。また、治療されていない高血圧や糖尿病があったり、心臓が悪かったりすると、夜間多尿になることがあります。しらべてみると、思わぬ病気がかかっていることがあります。

原因③ 睡眠障害

夜間頻尿の原因となります。高齢の方は、睡眠が浅いため、目が覚めやすく、夜間頻尿になりやすくなります。実際には、トイレに行きたくて起きるのか、目が覚めるからトイレに行くのか、わからないということも多いようですが、悪循環になることは間違いないようです。睡眠障害の治療も重要になってきます。

このように、いろいろな原因で夜間頻尿を起こすことがわかっています。原因をみきわめて、それに応じて、治療することが非常に重要になってきます。しかし、夜間頻尿の根底には加齢があり、さらに原因が複雑にからみあっているため、改善しにくい方もいらっしゃいます。

一度、お困りの方は、泌尿器科を受診してみてもはいかがでしょうか。

注釈

- 1)本間之夫, 柿崎秀宏, 後藤百万, 他: 排尿に関する疫学的研究. 日本排尿機能学会誌 14, 1-12, 2003.
- 2)Schatzl G, Temml C, Schmidbauer J et al: Cross-sectional study of nocturia in both sexes: analysis of voluntary health screening project. Urology56, 71-75, 2003.
- 3)岡本菊夫, 鷺見幸彦, 遠藤英俊, 他: 水分を多く摂取することで, 脳梗塞や心筋梗塞を予防できるか? システムティックレビュー. 日本老年医学会雑誌 42, 557-563, 2005.

臨時看護師募集

県立三好病院では臨時看護師、臨時准看護師を随時募集しています。
詳しくは県立三好病院看護局（0883-72-1131 内線 243）まで

検体の向こう側にみえる患者様を思い

検査技術科 岩佐 裕介

検査技術科は、臨床検査技師 12 名
看護師 1 名のスタッフが在籍してい
ます。夜間・休日の検査にも対応す
るため 24 時間体制をとっています。

三好病院の検査室は、血液・一般検
査室、生理検査室、細菌検査室の 3 つ
に分かれています。

血液・一般検査室は肝機能や腎機能など、様々な体の状態をみるために血液や尿などを用いて検査する場所です。なるべく迅速かつ精確に結果を出せるよう努力していますが、検査の種類や組み合わせによって、検査に時間がかかることをご理解いただければ幸いです。

生理検査室では心電図や脳波、エコー検査など、直接患者さんと接して検査を行っています。精度の高い結果を提供するために、患者さんにわかりやすい言葉で検査の内容を説明し、安心して検査を受けることができるように努めています。

細菌検査室は、直接患者さんと接することがない検査室ですが非常に重要な検査を行っています。病気や症状によって菌がわからないと根治が困難となる場合があるため、提出された検査材料から原因となる細菌を調べます。

このように様々な視点から患者さんの状態をみさせていただきお手伝いをしています。よりよい病院にしていくため日々努力していますのでよろしくお願いいたします。



心電図検査



尿沈渣検査



検査室スタッフ

御意見・御要望がございましたら、ホーム
ページ、または院内御意見箱までお願いし
ます。
広報バックナンバーは、ホームページにて
御覧いただけます。

発行 徳島県立三好病院 広報委員会
〒778-8503 徳島県三好市池田町シマ 815-2
TEL0883-72-1131 FAX 0883-72-6910
HP <http://www.tph.gr.jp/~miyoshi/>