



「加齢とともに、やたらトイレが近くなった気がする」などと悩む人は、男女を問わず少なくない。なかなか人に打ち明けづらい症状だが、どの程度であれば病院を受診すべきかや検査・治療などについて専門医に聞いた。

### 頻尿

頻尿は50歳頃から自覚され

ます。午前中だけで何度もトイレに行った、寝ている間にトイレに起きるようになった、仕事中に我慢できずトイレに行くようになったなどですが、どこからが病的なのでしょうか。

昼間に8回以上、夜間は1

が病気になるります。

いつでもトイレに行ける方は頻尿を自覚しにくいですが、トラックドライバーなどが、トイレに行けない方は頻尿を深刻に自覚します。1度起きても簡単に眠れるとよいのですが、眠れない方は夜間頻尿をより深刻に自覚しま

座するようでは困ります。頻

尿は尿意切迫感を伴うことが多く、尿意を感じると我慢がききません。尿失禁は生活の質を著しく下げます。頻尿と尿意切迫感を合わせて「過活動膀胱」と呼びます。泌尿器科を受診されれば、問診、尿検査、超音波検

## 「生活の質」低下なら受診を

度でも排尿に起きれば頻尿とされています。しかし、この定義は参考にしかありません。夜間については、50歳を

す。一つの線引きは頻尿で生活の質が損なわれているかどうかになります。

査などで病的かどうか、また頻尿や過活動膀胱の原因と重症度について検討します。男性は前立腺疾患の有無を同時に確認します。痛みを伴うような検査はありません。女性も気軽に受診してください。

超えるとも男女とも半数は1度起きるようになり、70歳では8割の方が排尿のために起きています。1度でも起きれば病気とすれば、高齢者の大半

夜間に3度トイレに起きるようでは明らかに生活の質が低下します。1時間間隔でトイレとなれば、仕事や電車の移動など不自由が出ます。映画の途中や、大切な会議の中

よく効く治療薬があり、多

くの方は改善を見込めます。減塩や運動など生活上の注意も大切です。頻尿で生活の質が低下したかなと自覚されたら、お近くの泌尿器科を探してみてください。

（兵庫県医師会、吉岡巖II伊丹市、伊丹よしおかクリニック院長）  
◇第1、3、4日曜に掲載  
します。