

# お薬のしおり

## 女性の尿失禁について No.88 (H21.2)

東京医科大学病院 薬剤部

くしゃみや咳をしたとき、重い荷物を持ったり、かがんだりした時に下着を少し濡らしてしまった、、、。トイレに間に合わず少し漏らしてしまった、、、。こんな経験はありませんか？尿もれは不快だけでなく、気になって毎日の生活もままならないことが多いものです。しかし恥ずかしい、歳のせいと諦めている方も多いのではないかと思います。実は成人女性の3人に1人は尿漏れに悩んでいると言われています。では尿漏れはどうして起こるのでしょうか？

尿は腎臓で作られ、いったん膀胱に貯められ排尿しようとしたときに尿道から排出されます。膀胱がいっぱいになれば尿意を感じますが我慢をしようと思えば我慢できます。脳から命令を出して尿道をしっかりとめているので尿が漏れることはありません。尿漏れはこのコントロールがうまくいかなかったときに起こります。自分の意志とは関係なく尿が漏れてしまうことを医学的には尿失禁と言います。女性の尿失禁は主に、腹圧性尿失禁、切迫性尿失禁と、これら2つが同時に現れる混合性尿失禁の3つのタイプに分けることができます。

**腹圧性尿失禁**とは咳やくしゃみ、スポーツをすることでお腹に力が加わり、尿が漏れる症状をいいます。重症になるとただ歩くだけでも漏れるようになります。腹圧性尿失禁は、膀胱や子宮など骨盤の中の臓器を支える筋肉（骨盤底筋）がゆるんで、膀胱の位置が下がることによって起こります。下がった膀胱に腹圧がかかったとき、尿道が十分にしまりにくくなるために、尿もれが起こってしまうのです。

分娩後の女性に多く見られ、年齢とともに増加します。

**切迫性尿失禁**とは尿意を感じてトイレに行くのですが、間に合わずにもらしてしまう症状をいいます。たびたび尿意を感じてトイレに行くのもこのタイプの特徴です。切迫性尿失禁は、膀胱炎などのために膀胱が過敏になって起こるものと、脳の障害などによって排尿の抑制がきかなくなって起こるものがあります。前者は比較的

若い女性にも見られます。

【治療について】治療はタイプや症状の重さによっても異なります。

### 腹圧性失禁

- ・骨盤底筋訓練：お腹には力をいれずに肛門や膣・尿道の筋肉を締める・緩めるという動作をおのおの5秒間くらい交互に続ける体操です。
- ・薬物治療：尿道のしまりをよくし膀胱をリラックスさせる作用の薬として $\beta_2$ 刺激薬のクレンブテロール（スピロペント）があります。副作用として<sup>とき</sup>動悸や手のふるえなどがあります。
- ・手術治療：腹圧性尿失禁は唯一手術治療が可能です。最も多く行われているのがTVT手術というものです。下腹部の左右に1cmほど切開し、そこから特殊なプロピレン製のメッシュテープを入れ、尿道を支えて補強し、尿失禁を防ぐ方法です。

### 切迫性尿失禁

- ・膀胱訓練：尿意を我慢し排尿間隔を少しずつ延ばしていく訓練をすることで1回排尿量が増加し尿意を自分自身でもコントロールすることが出来るようになります。
- ・薬物治療：膀胱の収縮<sup>しゅうしゆく</sup>を抑える作用の薬として抗コリン薬があります。神経から出るアセチルコリンという膀胱を収縮させる物質の作用を防ぎます。オキシブチニン（ポラキス）、プロピペリン（ハップフォー）、ソリフェナシン（ベシケア）、トルテロジン（デトルシール）、イミダフェナシン（ウリトス）があります。便秘や口内乾燥などの副作用に注意が必要です。また一部の<sup>りよくないしょう</sup>緑内障の治療を受けている方は使用できません。

ほとんどの女性が尿を漏らすことを「恥ずかしい」と感じてしまうこともあり誰にも相談できずに一人で悩んでいるケースが多いようです。しかし治療をすることにより約8割の方が改善できます。もし、その様な症状にお悩みの方は泌尿器科へ受診し、適切な診断と治療、ケアを受けることをお勧めいたします。