

# みんなの健康ラジオ

『尿漏れ』

(2024年6月6日放送)

横浜市泌尿器科医会

(医)裕紀会はっとり泌尿器科・皮ふ科

服部 裕介

# 尿漏れとは

- 医学用語で尿失禁と言います。
- 自分の意思とは関係なく尿が漏れてしまうこと。
- 40歳以上の女性の4割以上、男性の約2割が経験しています。



# ① 腹圧性尿失禁

- 咳やくしゃみをしたとき、重い荷物を持ち上げたとき、走ったり、ジャンプをしたときなど、お腹に力が加わった際に尿が漏れてしまうのが「腹圧性尿失禁」です。
- 尿が溜まっているときにチョロッと尿が漏れるのが特徴です。
- 骨盤底筋群という骨盤底の筋肉が緩むために起こります。

## ② 切迫性尿失禁

- 急に尿がしたくなったり、我慢できずに尿が漏れてしまうのが「切迫性尿失禁」です。
- トイレに頻回に行ったり、急な尿意を感じてトイレにかけ込むような状況になるので、日常生活で不便を感じることもとなります。
- 男性では前立腺肥大症、女性では骨盤臓器脱が切迫性尿失禁の原因になりますが、原因がはっきりしないことも多くあります。

### ③ 溢流性尿失禁

- 膀胱が尿で満杯になってしまっていて、尿がダラダラとあふれて漏れてくる尿失禁が「溢流性尿失禁」です。
- 尿が出にくく、残尿が多量になってしまうことが前提にあります。
- 前立腺肥大症や膀胱の神経の障害などにより起こります。

## ④ 機能的尿失禁

- 排尿機能は正常にもかかわらず、運動機能の低下や認知症が原因で生じる尿失禁です。
- 歩くことが困難なためトイレに行くまでに間に合わずに漏れてしまう、認知症のためにトイレで排尿するということが理解できずに漏らしてしまうといった場合です。