

過活動膀胱 (OAB)

最近、世界的に新しい病名が承認されました。
「過活動膀胱」という名称で、新聞・雑誌などでも紹介されており、
目にした方も多いと思います。
では「過活動膀胱」とは、どのような病気でしょうか・・・？

★ 過活動膀胱 (OAB) の定義

「尿意切迫感を有し、通常これに頻尿および夜間頻尿を伴い、
切迫性尿失禁を伴うこともあれば伴わないこともある状態」
とされています。目安としては、1週間に1回以上の尿意切迫感
(急にオシッコがしたくなり、もれそうになる。)を有し、1日8回以上
の排尿(頻尿)があればOABが疑われます。



★ 症 状

- ◎尿意切迫感 …… 急に起こる強い尿意で、我慢することが困難(もれそうになる)
- ◎頻尿(昼間) …… 排尿回数が多い(1日8回以上)
- ◎頻尿(夜間) …… 排尿のために1回以上起きなければならない
- ◎切迫性尿失禁 …… 尿意切迫感と共に不随意に尿がもれる

★ 診 断

- ◎問診・検尿など

※同様な症状を示す他の疾患との鑑別が必要です。

★治療

◎行動療法

- 生活指導… 過剰な水分摂取・カフェイン摂取の抑制
- 膀胱訓練… 少しずつ排尿時間を延長することにより膀胱容量を増加させる
- 理学療法… 「骨盤底筋訓練」などの排尿に関連した筋肉の訓練
- 排泄介助… 患者の排尿感覚・排尿パターンに合わせたトイレ誘導(介護者)など



◎薬物療法

- 抗コリン剤が主に使用されます。
(膀胱の筋肉の緊張をゆるめ、膀胱容量を増加させ、勝手に尿が出ないようにする薬)

例：オキシブチニン(ポラキス錠) プロピベリン(バップフォー錠)
トルテロジン(デトルシールカプセル) トロスピウム(スパスマックス)
ソリフェナジン(ベシケア錠) プロパンテリン(プロバンサイン)など

- その他… 抗うつ剤などが使用されることもあります。

※男性の場合

前立腺肥大症を有している患者の50～70%が過活動膀胱の症状を有します。前立腺肥大症を合併している場合はそちらの治療が優先されます。 α_1 ブロッカー(前立腺の緊張をほぐし、尿道を広げ、尿の出方を改善する薬)が主に使用されます。

以上、過活動膀胱(OAB)について簡単にまとめてみましたが、この病気は日本に約810万人(40歳以上の8人に1人)もの患者がいると推定されています。ところが実際に診察を受けている方は非常に少なく、「年だから…」とか「体質だから…」とあって、羞恥心も手伝って受診せずにあきらめている人が多くいるといわれています。その反面、睡眠不足や仕事・家事が手につかない、トイレが心配で外出ができない・外出しても落ち着かないなど生活に支障をきたしている方も多々いらっしゃいます。

トイレの回数が多い・突然我慢できないくらいの尿意が起こるなどの症状のある方は、是非一度、医師に相談してみることをお勧めします。

