

# いりょうのひろば

VOL.170  
2019.October

 愛仁会 千 船 病 院 | 千船病院附属 千船クリニック | 愛仁会地域ケアセンター

大阪市西淀川区福町3-2-39 TEL.06-6471-9541

大阪市西淀川区佃3-1-11 TEL.06-6471-9549

大阪市西淀川区佃2-2-46 TEL.06-6476-3965

## + 「過活動膀胱」と「前立腺肥大症」について

夜間にトイレで目が覚める・間に合わない・尿が出にくい・残尿感 など

年齢を重ねると排尿にまつわる悩みが多くなってくるものですね。

今回は、男女ともに見られるもので様々な疾患との関連性がわかっている「過活動膀胱」と、男性特有の疾患である「前立腺肥大症」についての話です。



千船病院 副院長 泌尿器科  
主任部長 樋口 喜英

### + 過活動膀胱

過活動膀胱は、「トイレが近い（頻尿）」「夜間に何度も排尿に起きる（夜間頻尿）」「急に我慢ができないような尿意が起こる（尿意切迫感）」「急な尿意があり、我慢ができずにもれてしまう（切迫性尿失禁）」などの症状を示す病気です。



40歳以上の男女の8人に1人、800万人以上が過活動膀胱の症状を持っていると言われ、特に涼しくなるこれからの季節では症状が悪化しやすい傾向があります。

脳卒中や脳梗塞など神経のトラブルで起こる『神経因性』のものと、それ以外の原因で起こる『非神経因性』のものがあります。なかでも『非神経因性』のものが多く、女性では出産等による骨盤底筋の障害が原因となることや、男性では前立腺肥大症が原因になることがあります。最近では、加齢に加えて、女性ホルモンや男性ホルモンの変化、メタボリック症候群との関連も指摘されています。また、他の病気（高血圧症や糖尿病、膀胱腫瘍など）の可能性もあるため、かかりつけ医または泌尿器科への相談をお勧めします。

**検査** 検査は、尿検査、エコー検査、ときに血液検査などの比較的簡単なものですので、面倒と思わずにはまずはご相談下さい。

**治療** 治療は、おもに膀胱の異常な収縮を抑える薬剤の服用で、医師の指導の下での治療が必要です。内服治療でも症状が改善しない場合、病院において膀胱への局所的な治療が行われることもあります。

中面に過活動膀胱チェックシートを用意しました、1度チェックしてみましょう。

## ✚ 過活動膀胱チェックシート 次の質問に当てはまる点数を合計してください。

| 質問 | 症 状                             | 点 数                        | 頻 度  |
|----|---------------------------------|----------------------------|--|
| 1  | 朝起きたら寝る時までに、何回くらい尿をしましたか        | 0<br>1<br>2                | 7回以下<br>8~14回<br>15回以上                                   |
| 2  | 夜寝てから朝起きるまでに、何回くらい尿をするために起きましたか |                            | 0<br>1<br>2<br>3<br>0<br>1<br>2<br>3<br>4<br>5           |
| 3  | 急に尿がしたくなり、がまんが難しいことがありましたか      |                            | 無し<br>週に1回より少ない<br>週に1回以上<br>1日1回くらい<br>1日2~4回<br>1日5回以上 |
| 4  | 急に尿がしたくなり、がまんできずに尿をもらすことがありましたか | 0<br>1<br>2<br>3<br>4<br>5 | 無し<br>週に1回より少ない<br>週に1回以上<br>1日1回くらい<br>1日2~4回<br>1日5回以上 |
|    | 合計点数                            |                            | 点  |

質問3の点数が2点以上、かつ全体の合計点が3点以上であれば、“過活動膀胱”が疑われます。

## ✚ 前立腺肥大症

前立腺は、男性にしかない臓器で膀胱の出口で尿道を取り囲んでいます。これが肥大すると尿道が圧迫されて、尿の出が悪くなります。肥大の理由は、詳しくは解っていませんが、加齢や男性ホルモンの影響がある中高年男性に多く見られます。50歳以上の男性の5人に1人、400万人以上が前立腺肥大症の症状を持っていると言われていますが、大半の人気が症状を我慢して医療機関への受診に至っていません。

主な症状は、「尿の勢いが弱い」「尿が出にくい」「頻尿」「残尿感」などです。前立腺の肥大により膀胱が刺激され頻尿になったり、尿の通り道が狭くなっているため尿を全て出し切れず残尿が多くなったり、排尿に関するトラブルによる生活の質の低下が見られます。また治療を受けずにいると、そのうちに膀胱の知覚や排尿機能が障害を受けることになります。さらに、尿が出なくなる「尿閉」や腎臓への悪影響も起きてきます。



検査

検査は、エコー検査（腎臓や膀胱、前立腺を診ます）、直腸診や尿流量測定（尿の勢いや量をはかります）、PSA検査（前立腺がんの腫瘍マーカーを調べます）などです。

治療

治療は、軽症であれば経過観察を行います。中等症以降は薬物での治療が中心になります。内服薬の効果は比較的現れやすいのですが、一生飲み続ける必要があります。膀胱の出口や前立腺部の尿道における尿の通りを良くさせる薬物が主になります。薬物での治療で効果が少ない場合や、副作用によって服用が継続できない場合、合併症（尿閉、尿路感染、膀胱結石、血尿など）がある場合、手術治療を行います。手術方法は、尿道から内視鏡を挿入して行う手術が一般的です。出血の少ないレーザー治療も行っています。

排尿トラブルは生活の質に関ります。年だから…ではなく、まずは御相談下さい。

# ～放っておくと怖いお年寄りの関節痛～

整形外科 主任部長、関節センター長 鄭 克真



## ✚ お年寄りの関節痛を「変形性関節症」といいます。

関節の表面にある軟骨は再生することができないため、年々にすり減っていきます。初めは歩き始めに痛みを感じ、進行すると、脚の変形が目立つて歩くのも困難になります（図1）。日本では、膝（ひざ）関節だけでも約800万人の方が患っていると言われており、予備群（症状はなくとも既に関節の変形が始まっている人）を含めると約2500万人以上にのぼると推定されています（図2）。



整形外科 主任部長  
鄭 克真

主な症状は膝の痛みと水がたまることがあります。

症状が進むと、膝の動きは制限され、膝が完全に伸びなくなります。  
またO脚変形が生じます。



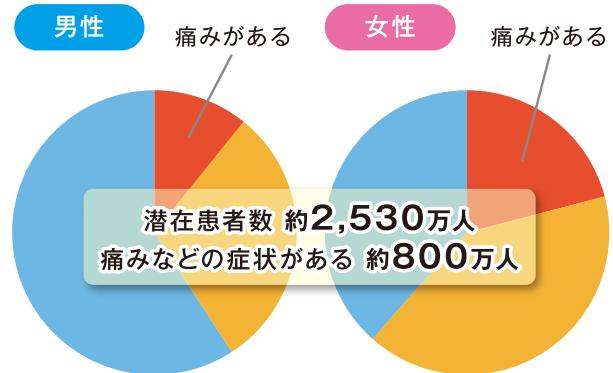
初期

中期

末期

立ち上がり、歩きはじめに膝が痛む（休めば痛みがとれる）  
歩くと膝が痛み、正座、階段の昇降が困難（動作が不自由）  
変形が目立ち、膝がピンと伸びず、歩行も困難（日常生活が不自由）

【図1 変形性関節症とは】



ROADプロジェクトより  
主任研究者・吉村典子（東京大学医学部附属病院 22世紀医療センター）

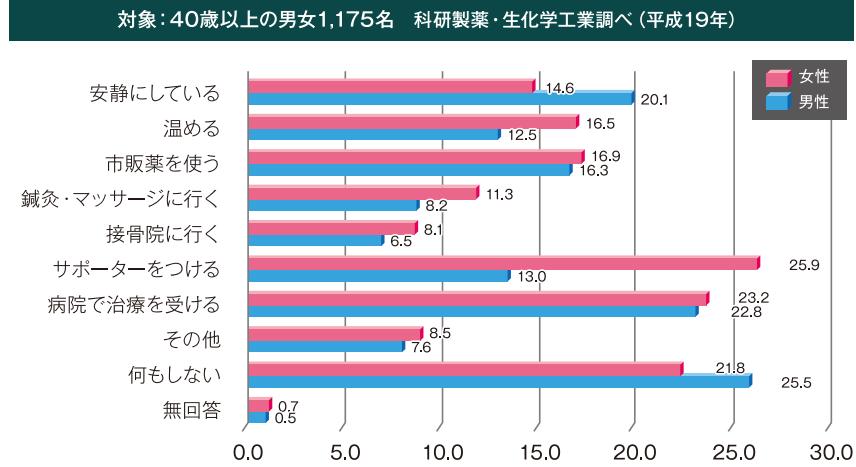
【図2 変形性膝関節症の患者数（40歳以上）】

## ✚ 変形性関節症は放っておくと寝たきりの原因になってしまうかもしれません。

実際に変形性関節症が原因で介護が必要となる方もおられます。しかし、他の病気に比べると、要支援や要介護などの行政サービスを受けにくく病気であることも事実です。直近の国民生活基礎調査の結果をひとといて、病気にかかっている人と要支援や要介護を受けておられる方の割合を見てみましょう（表1）。多くの方が要介護に認定されている他の病気、認知症と脳梗塞とで比べてみると、関節症や骨折で要介護が認められている方の割合はかなり少ないので分かります。では、関節痛のある方は、どう対処されているのでしょうか？あるアンケート調査では、実に4人のうち3人の方は医療機関を受診していなかったことが分かりました（図3）。寿命はどんどん延びており、いよいよ「人生100年時代」とまで言われるようになりました。そんな中、いつまでも自分の脚で元気に歩きたいと誰もが思います。ですから、関節痛をあきらめずにしっかりと治療を受けることが大切です。

|       | 要支援             | 要介護              | 総 数   |
|-------|-----------------|------------------|-------|
| 関節・骨折 | 52万人<br>(41.6%) | 73万人<br>(58.4%)  | 125万人 |
| 認知症   | 7万人<br>(6.4%)   | 102万人<br>(93.6%) | 109万人 |
| 脳血管疾患 | 21万人<br>(21.9%) | 75万人<br>(78.1%)  | 96万人  |

【表1 病気の人と支援や介護を受けている方の割合】



【図3 膝が痛いときにどのように対処する？】

変形性関節症の治療には薬（痛み止めの内服やヒアルロン酸の注射）やりハビリ治療がありますが、関節の変形が進むと、手術の加療も必要になることがあります。「人工関節手術」という治療です。虫歯の治療と考え方は同じで、「傷んだ骨を取り除いて、金属（インプラント）に置き換える」治療です（図4）。

アメリカや他の先進国に比べると、日本ではまだまだ受け入れられていませんが、医療の進歩と共に以前に比べてより安全で安心して受けられるものになっており、日本においても次第に増えています（図5）。当科では、人工関節手術により正確な手術を提供できるよう、「ナビゲーションシステム」というコンピューターを用いた手術を導入しております（図6）。

従来では医師の目視で行ってきた手術中の処置（骨切り）を、コンピューターを用いて医師の勘に頼らずに行っております。これによって、手術の正確性は飛躍的に向上しております。関節痛にお悩みの方は当科までご相談ください。



【図5 人工膝関節手術件数の推移】



【図6 ナビゲーションシステムとドクター】

## 皆さんは「災害」に対して何か備えはされていますか？

救急看護認定看護師 山田 友季子

救急看護認定看護師の役割には、救急医療現場での救命技術やトリアージの実施のみではなく、災害時における急性期的な医療ケアも含まれています。皆さまは「災害」に対して何か備えはされていますか？

東日本大震災を見て、あるいは経験され、災害の恐ろしさを知った。昨年の地震や水害で我が身の事として感じられた方も多いのではないでしょうか。より規模の大きな災害であればあるほど救助の手は届きにくくなります。自分自身や家族の命と財産を守るために自ら防災に取り組む「自助」が大切になってきます。

### 災害の備え～これだけは準備しよう～

#### ① 家具の置き方の工夫

家具が転倒しないよう固定しましょう。出入口の近くに置かないように配置することも大事です。重いものは低い位置に置くようにしましょう。

#### ② 非常用持ち出し袋の準備

非常時に持ち出すものを普段からリュックサックにつめておき、取り出しやすい場所に置いておきましょう。

#### ③ 食料、飲料の備蓄

災害時は物流も機能しなくなります。スーパーなども品薄になることが考えられますので、長期保存できる食品や飲料水を備蓄しておきましょう。

#### ④ 家族内での話し合い

家族が離れた場所で被災した場合の安否確認の方法や集合場所などを事前に話し合っておきましょう。災害時は電話もつながりにくくなります。

災害時に伝言を録音できる災害用伝言ダイヤル「171」があります。家族間で利用方法を確認し合っておくことが大事です。

#### ⑤ 避難場所や避難経路の確認

自宅の近くや職場の近くの避難所の確認をしておきましょう。

水害や地震、津波など災害の種類によって避難場所が異なります。



災害を防ぐことはできませんが、被害を最小限にするためにも日頃の備えをしっかりとおきましょう。

## イオンモール大阪ドームシティにて出張型の健康イベントを開催いたしました

2019年8月5日（月）イオンモール大阪ドームシティにて出張型イベントを開催させていただきました。地域貢献や病院の広報活動の一環としてドームシティ近隣の多根総合病院（西区）と共同で、育児・健康・栄養の各種相談会、ミニ講演会、血管年齢の測定などを実施しました。当日は、27名の方が来場されました。来場者の中には、イオンモールのホームページで情報をご覧になり参加してくださった方もおられました。子どもの体調不良の際の病院受診の目安、成長に合わせた対応などを、小児科外来看護師に熱心に質問される方や、千船病院で出産をされた方、今後出産を予定されている方も来場されました。出産で入院中の苦労話や、退院後の子どもの成長等をお聞きすることができ、とても貴重な機会となりました。栄養相談は雪印ビーンスターク社の管理栄養士に担当していただき、年齢や発達に合わせた食事、離乳食への切り替え、フォローアップミルクの使い方や、妊婦の葉酸サプリの提供等、栄養に関する様々な質問が寄せられ、関心の高さが伺えました。助産師によるハンドマッサージをしながらの育児相談も行い、相談に訪れたお母さんのリラックスされた表情が印象的でした。初めての実施で、参加された方の誘導や広報の方法など、至らない点は多々ありましたが、改善点もたくさん見つかりましたので、工夫を重ね、より良いイベントにつなげていきたいと考えております。

今後も皆様のご参加をお待ちしております。



### 今後の開催予定

| 日 時      | ミニ講演会のテーマ  | その他        |
|----------|------------|------------|
| 9月2日(月)  | 乳がんの治療について | 助産師による育児相談 |
| 10月7日(月) | 膝の病気について   |            |
| 11月4日(月) | 日帰り手術について  |            |
| 12月2日(月) | 内視鏡の治療について |            |
| 1月6日(月)  | 内視鏡の治療について |            |
| 2月3日(月)  | 肥満の治療について  |            |
| 3月2日(月)  | スポーツ医療について |            |

## 病院職員の横顔 Vol.1 ~ 医療ソーシャルワーカー(MSW : Medical Social Worker) ~

### 皆さんは、身近な人が病院に入院した際、困りごとを誰に相談しますか？

病院に入院した際、健康な時には考えたことがなかったこと、例えば「治るまでお金はいったいいいくらくらい必要なのか？」 「退院してすぐ仕事が出来ないときはどうしたらいいのか？」 「退院と言われたが、もう少しリハビリをしたいがどうしたらいいか？」 「介護等に必要な申請や手続きはどうしたらいいのか？」など、いろいろな問題や悩みがたくさん出てきます。退院後は、以前の日常生活に戻るのに時間がかかったり、戻ること自体が困難になったりすることもあり、不安になります。病状や治療については主治医から詳しく聞いたが、それが今後の生活にどのように影響するかイメージしづらく、イメージできたとしてもどのような対処が必要なのか、ご自身やご家族だけで考えるのは大変です。

そういう場合、相談にのる専門家が「医療ソーシャルワーカー」です。医療ソーシャルワーカーは、患者さまやご家族と一緒に考え、少しでも不安が軽減され、安心して治療に取り組んでもらえるよう支援する、また、なるべくその人らしい生活が継続できるようにお手伝いをしています。具体的には、介護保険や障がい者福祉サービス等の社会資源や制度についての説明や案内、適切な機関や施設との連携を行い、住み慣れた地域で安心して生活ができるようお手伝いをしています。

現在、千船病院には社会福祉士の国家資格を持つ医療ソーシャルワーカーが5名勤務しており、入院だけでなく外来患者さまやその家族の相談にも対応しています。

何かお困りごとがあれば、医療ソーシャルワーカーまでご相談下さい。





# 地域医療連携



内科・皮フ科

## HABAクリニック

〒554-0024  
大阪市此花区島屋6丁目2-90 リバーガーデンさくらの丘D棟403

**TEL: 06-6460-8896**

診療時間 月 火 水 木 金 土

|             |   |   |   |   |   |   |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 10:00~1300  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 17:00~20:00 | ● | ● | ● | — | ● | — |

|      |  |      |       |
|------|--|------|-------|
| 専門外来 | 漢方外来   | 診療機能 | 往診    |
| 医療処置 | バルーンカテーテル CPAP HOT 吸引<br>麻薬処方 胸腔穿刺                                 |      |       |
| 院内設備 | 心電図 パルスオキシメーター AED<br>超音波エコー 単純X線 オージオメーター                         |      |       |
| 予防接種 | 破傷風 四種混合 二種混合 麻疹 風疹<br>ムンブス 水痘 日本脳炎 インフルエンザ<br>B型肝炎 MRワクチン 肺炎球菌感染症 |      |       |
| 処 方  | 院外処方 ※ジェネリック医薬品の利用   |      |       |
| 施設機能 | バリアフリー、車椅子対応   | スタッフ | 看護師6名 |
| その 他 | 健康診断 健康相談 在宅往診可能   |      |       |

### 医師の紹介・経歴

|       |              |
|-------|--------------|
| 平成元年  | 大阪大学医学部 卒業   |
| 平成2年  | 八尾市立病院 外科    |
| 平成5年  | 大阪大学医学部大学院   |
| 平成10年 | 米国留学         |
| 平成13年 | 加納総合病院 外科    |
| 平成21年 | HABAクリニック 開設 |
| 平成28年 | 此花区医師会 副会長   |



院長 八幡 晓直

### 八幡院長から一言

「どこの診療科に行けばいいのか判らない」「これを病気扱いしてもらえるのかすら自信がない」そんな時こそ是非相談にいらして下さい。

### 千船病院との連携について

いつも患者様を受入れて頂き、感謝しております。より連携を密にしていきたいので現在、特に力を入れている疾患などの情報発信して下さい。

<http://haba-clinic.com>

### 愛仁会グループの病院施設

|                 |                      |                   |
|-----------------|----------------------|-------------------|
| 高 槐 病 院         | ● 大阪府高槻市古曾部町1-3-13   | TEL: 072-681-3801 |
| 愛仁会リハビリテーション病院  | ● 大阪府高槻市白梅町5-7       | TEL: 072-683-1212 |
| 明 石 医 療 セ ン タ ー | ● 兵庫県明石市大久保町八木743-33 | TEL: 078-936-1101 |
| 尼 崎 だ い も つ 病 院 | ● 兵庫県尼崎市東大物町1-1-1    | TEL: 06-6482-0001 |
| 井 上 病 院         | ● 大阪府吹田市江の木町16-17    | TEL: 06-6385-8651 |

千船病院の  
ホームページは  
こちらから

