



10月の花 ダリア

開花時期は6月中旬から11月にかけてです。ただ、ダリアにとって日本の夏は高温すぎるため、8月は咲きにくく、9月以降に花をつけるものが多く見られます。特に花色が鮮明で花数の多くなる秋には、花壇の主役ともなります。

とうめい news

2025.10.1
Vol. 290

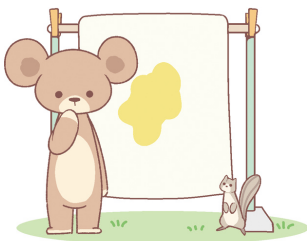
〒243-0034 厚木市船子237
TEL. 046-229-3377
発行者: 河野 昌史
編集責任者: 佐藤 賢治
印刷: (有)タイム21

ホームページアドレス <http://www.tomei.or.jp/clinic/>

夜尿症について

小児科: 宮嶋 伸一郎

TOPICS



とうめいニュースをご覧の皆様、小児科の宮嶋です。宜しく御願い致します。

今回は、夜尿症についてお伝えしたいと思います。

排尿におけるメカニズムは、年齢が上がる事で出来

上がってきます。それは概ね3歳前後とされていますが、5歳を超えても夜間のお漏らしが1か月に1回以上、これが3か月以上続く場合は夜尿症と診断しております。膀胱での尿をため込む用量が少ない事、眠っている間の外からの刺激に疎い事、夜間帯の多量な水分摂取や入眠中の抗利尿ホルモンの分泌低下等が原因として考えられています。

夜尿症を疑われる患者さんが受診された際は、昼間のお漏らしの有無や既往歴、便秘の有無、生活リズムなどをお尋ねし、腎臓病等との鑑別の為、尿検査を実施します。このような経過を経て、夜尿症の診断を実施しています。

治療としては、生活指導、アラーム療法、抗利尿ホルモン剤等が代表的です。

〈生活指導〉

毎日の生活の上で御願いしたい事としては、

- ① 寝る数時間前の水分摂取の制限
- ② 昼間の水分摂取の推奨
- ③ 夜間帯のおしっこを減らす目的で夕方以降のデザートや乳製品の摂取の制限
- ④ 塩辛い物や利尿作用の有るカフェインを含む飲物の制限
- ⑤ 身体を冷やさない様にする
- ⑥ 便秘の治療
- ⑦ 寝る前のトイレへの誘導等有ります。

〈アラーム療法〉

下着や敷き布団にセンサーを取り付け、排尿があるとブザーが鳴るものです。これにより、おもらしが有るとブザーが鳴り、目覚める事で夜尿の回数を少なくしようと言うものです。薬を飲むわけでは無いので、副反応が少ないといった利点がある反面、ブザーの音で周りの方の入眠の妨げになる…といった点が憂慮されます。

〈抗利尿ホルモン剤〉

腎臓に作用し、水の再吸収を促し、夜間のおもらしによる、おしっこの量の低下を目的としたものです。1日1回の薬を内服するのみで済み、他の治療に比べ、効果が目に見えて良い事もあり、頻用されています。当科に於いても、こちらの方をお勧めしております。ただし、いわゆる体内に水をため込む事になるので、胃腸炎等消化器にトラブルがある際は、注意する必要があります。

この他三環系抗うつ薬や抗コリン薬といった薬剤が選択される事もあります。また、尿意を幾らか我慢してもらい、膀胱の容量を増やす…事なども実施したりします。何れにしましても、個人差は有れ、落ち着くまで長期化する事はご了承頂きたいと思います。

以上、夜尿症について示させて頂きました。

ご一読頂き、有り難うございました。

いくつかの治療の実施により、少しでも夜尿に悩むお子様のお手伝いが出来れば、幸いです。

