

- 夜尿症 -

5歳以降で月1回以上のおねしょ(夜寝ている間の尿漏れ)が3か月以上続く場合を「夜尿症」と診断し、治療が必要な場合があります。

夜尿症は決して珍しいものではなく、5歳で約15%、7歳で約10%、10歳で約5%、12歳14歳で2〜3%の頻度です。年齢を重ねるごとに減少していきます。また、男児が女児より多いと言われています。

夜尿症が起きる原因には、①夜間につくられる尿の量が多い ②膀胱のサイズが小さくて尿をたくさん溜められない ③寝ている時に尿が溜まって目が覚めない などのうち複数が関係していると考えられます。また、遺伝的な要因も大きく、両親のどちらかが夜尿症の既往があれば、子どもは既往がない両親を持つ子どもに比べて夜尿症になりやすいという報告があります。

夜尿症は年に10〜15%程度の割合で自然治癒すると言われています。一方、医療機関で適切に治療を行った場合、1年間で50%、2年間で70%、3年間で80%が治癒すると言われています。病院で治療を受けたからといってすぐに治るわけではないですが、治る可能性が何倍にも上がります。

夜尿症と診断されたら、まずは生活指導を行います。①日中、水分をしつかり摂る

②就寝2時間前以降の水分摂取を控える
③便秘に気をつける ④塩分を控える ⑤寝る前にトイレに行く ⑥睡眠中の冷えを防ぐ などです。生活指導でも改善しない場合は、アラーム療法や薬物療法を行います。アラーム療法とは、パンツに小さなセンサーをつけ、尿で濡れるとアラームが鳴ります。夜尿を本人に気づかせ、溜められる尿の量を増やし、回数を減らしていく方法です。薬物療法は、抗利尿ホルモン薬(尿を濃縮し量を減らす)、抗コリン薬(膀胱の緊張をとり、尿を溜めやすくする)、三環系抗うつ薬(先の薬剤で効果が得られなかった場合に補助的に使用)などがあります。

「夜尿症」5つのポイント

- ① 5歳以降で月1回以上のおねしょが3か月以上続く場合を「夜尿症」と診断
- ② 5歳で約15%、7歳で約10%、10歳で約5%、12〜14歳で2〜3%の頻度
- ③ 年に10〜15%程度の割合で自然治癒するが、治療が必要な場合もあり
- ④ 夜尿症と診断されたら、まずは生活指導を行う
- ⑤ 改善しない場合は、アラーム療法や薬物療法を行う

歯・口の健康に関する 図面・ポスターコンクールの作品展示

6月4日〜10日は「歯と口の健康週間」です。歯と口の健康週間に合わせて、子どもたちが描いた絵を展示します。

◆日時 6月6日(土)〜7日(日)

【火〜土曜】10時〜18時

【日・祝】10時〜17時

◆場所 星和工業津久見図書館

◆問い合わせ

加納歯科医院

☎0972-83-5756



イベント等での出店を 予定されている皆さんへ

イベントやお祭りで食品を製造・加工・調理して販売する場合、食品営業許可が必要となります。

食品の取扱いが不良であれば、食中毒や異物混入などの食品事故も発生してしまいます。事前に保健所までご相談をお願いします。

◆問い合わせ

大分県中部保健所 衛生課

☎0972-62-9171

