

よくある相談内容 Q & A

Question（質問）内をクリックすると回答が展開されます。さらに Question（質問）内をクリックすると回答が折りたたまれます。

Q1： 20代前半の女性です。まだ若いのに、しょっちゅうトイレに行っているし、ときどきおしっこが漏れて、下着が濡れます。泌尿器科か婦人科に受診したほうがいいと思うのですが、何と言って説明すればいいのでしょうか。電話相談とかならいいのですが、顔を見て話すのはとても恥ずかしくてためらいがあります。

Q2： 脳卒中で倒れた父の在宅介護をしています。自力ではほとんどベッド上から動けないため、紙オムツをしているのですが、横から尿が漏れてくることが多く、不快だろうと気になります。どんなことが原因と考えられますか。

Q3： 18歳の女性です。脳性麻痺のため自力で立つことも歩くことも出来ないのので、日常は車椅子で生活をしています。ただ、介助によって立ち上がることで支えがあれば立っていることは可能です。最近就職が決まり、まもなく仕事をする事になっています。今、排泄のことを心配しています。尿意ははっきりしていますし、排尿そのものは、たまに間に合わずに漏れることはありますが、特に問題はないと思っています。自力で便座に移れないので、自宅ではオムツを使うことが多く、家族がいる時は便座に移動させてもらっていました。しかし、会社ではオムツだにおいが気になりますし、捨てる場所がないと思います。毎回誰かに頼んでトイレに移動させてもらうわけにも行かず、どうしてよいか困っています。

Q4： 慢性関節リウマチで、ベッドにほぼ寝たきりの家内（65歳）のことでお尋ねします。ベッド脇にポータブルトイレが置いてあり、自力でそこで用を足していたのですが、最近履いているズボンや寒さ予防のため、重ね履きしている下着を脱ぐのが間に合わず、ポータブルトイレの周辺で漏らすことがふえています。私（70歳）は、腰が悪く家内をトイレに座らせるよう動かすことはできません。これはもうオムツにするしかないのでしょうか。

Q5： 脳梗塞で入院していた母が退院します。麻痺はほとんどなくベッドからの動きは少し遅いものの自分で起き上がることは出来ます。自宅のトイレはベッドのある部屋から少し離れています。昼間はトイレの近い居間で過ごさせますが、

夜は病院で使用していたようなポータブルトイレを使おうと思います。ポータブルトイレを選ぶ時のポイントを教えてください。

Q6 : 痴呆の母の介護をしています。昼間の徘徊はかなりあります。パンツタイプの紙オムツを使っていて、自分からトイレに行くことはないのですが、3時間ごとくらいにトイレに誘うとほぼ失敗なく過ごしています。夜は私も休みたいので、寝る前にテープタイプに替え休ませると、夜中にオムツをはずしてしまい、オムツは濡れていないのに、ふとんやパジャマが濡れ、洗濯に追われて泣きそうになります。不快感が少ない、はずしにくいオムツはないでしょうか。

Q7 : 69歳の夫は7番の頸椎損傷のため両方の手足に麻痺があり、自分でまったく尿を出せないため、妻の私が間欠導尿をしています。1日の尿量は2,000cc～2,500ccで、6回の導尿をしています。週に3回は訪問看護の方が来てくださって、導尿をしてもらっていますが、それ以外は、外出したくても長時間は無理なので、大事な用事がある時などは困ってしまいます。また、いつも時間に追われているようでストレスがたまります。何かよい方法はないでしょうか。

Q8 : 65歳の男性です。1カ月ほど前に糖尿病と診断され、現在、食事療法と自分でインスリン注射を行っています。半年前頃から夜の尿失禁もときどき起こるようになってきました。以前は目が覚めてトイレに行っていたのですが、最近では尿意もはっきりしないことがあります。日中も気が付かないうちに尿が漏れることもあります。糖尿病と関係があるのでしょうか。何科を受診すればいいのでしょうか？

Q9 : 35歳の女性です。3年前に腰椎の2番目を事故で骨折しました。それ以来、尿意も便意もわかりません。歩くのも少し不自由です。排尿は、お腹に力を入れて出していますが、最近尿漏れで悩んでいます。パンツがじわっと濡れるほどで、そんなにひどくはないので生理用のパッドを当てています。まだ若いのでとても気になります。腰椎のことについては、整形外科に半年に1回程度通っていますが、尿漏れはどこで、誰に相談したらいいのでしょうか。

Q10 : 22歳の男性です。中学校の途中まで、ほぼ毎日の夜尿症に悩んでいます。現在高校を卒業し、仕事をしていますが、夜尿も不定期にときどきあります。昼間も出にくいのに、おしっこが近く、トイレが遠すぎたりすると、ときどき間に合わなくて少し漏らしてしまいます。夜尿が気になって泊まりがけの旅行に行けない、長時間座っていたり、何かをし続けなければいけない時、気になって集

中出来ないなどの問題があります。ごくたまにですが、便を漏らすこともあります。これらの症状以外にはとくに病気や身体的な障害はありません。治すことは出来るでしょうか。

Q11 : 12歳の娘のことで相談します。3年生までおねしょをしていましたが、今は夜中に自分で起きてトイレに行っているため、もうおねしょはありません。しかし、ときどき下腹部をさすっていて、尿が漏れているようです。何かに熱中している場合しばらくは平気なのに、おしっこに行きたいと思うと、少し漏れてしまうと言います。漏れるのが嫌なので、トイレに行きたいと思う前に尿意がなくてもトイレに行っているようで、かなりの回数行くようです。どう対処したらいいでしょうか。生理はまだ始まっていません。

Q12 : 5年ほど前に膀胱炎になりました。尿はきれいになり、膀胱炎はもう治っているはずなのですが、尿が溜まると下腹部のなんともいえない不快感や痛みがあつて頻繁にトイレに行っています。排尿する時もひどい痛みが起こることもあります。また、トイレに行った後でも不快感が続きすぐトイレに行きたいような感じになります。実際トイレに行ってもほとんど尿は出ないのですが、こんなことが続くので、精神的にも参っています。この症状は膀胱炎なのでしょう、何とか治す方法はないのでしょうか。

Q13 : 1年近く前から頻尿と下腹部の違和感で苦しんでいます。最初婦人科で診てもらいましたが、婦人科的には問題がなく、尿はきれいだが膀胱炎の可能性があると診断され、薬が処方されました。薬を飲んでいる時には症状の改善はあるのですが飲まなくなるとともに戻ります。その後同じような症状を繰り返すので、泌尿器科など何軒かの医院で診てもらい超音波やX線検査などいろいろな検査をしてもらいましたが、特に異常は見つからず、抗菌剤を続けて飲んでいきます。今は、寝たきりの母を私一人で介護しています。介護をするようになった頃からこのような症状が強くなったような気がします。

Q14 : 母（80歳）は、夜9時頃に寝るのですが、私が起きている1時頃までだけでも2~3回はトイレに起きます。その後も朝までに数回起きて行くこともあるようです。これは頻尿でしょうか。昼もトイレの回数は多いと思いますが、本人はあまり気にしていません。便秘症なので、大のほうか小かはわかりません。尿漏れは少しありますが、気になるほどではないようです。なぜ高齢者は夜間頻繁にトイレに行くのでしょうか。

Q15 : 8年ほど前から頻尿で悩んでいます。日中はトイレにばかり行っている感じです。眠ってしまえば、トイレに行くことはほとんどありません。集中して仕事をしたりしているとトイレのことを忘れることはありますが、特に外出したり知らないところに遊びに行ったり、電車や車に乗るとトイレのことが不安で仕方ありません。尿意を我慢しても漏れることはないのですが、尿意を感じるとしゃがみ込んでしまうくらいどうにもなりません。婦人科や泌尿器科を受診し、精密検査を受けたこともありますが、膀胱炎やその他の異常はありませんでした。漢方薬や精神安定薬を飲んだこともあり、泌尿器科では「精神的なもの。気にしないように」と言われました。心療内科を受診したほうがいいのでしょうか。

Q16 : 25歳の女性です。小さい頃から母親に「トイレは我慢したらダメ。行きたくなくなったらすぐに行くように」と言われていました。現在1時間ごとぐらいにトイレに行っていますが、友だちに会ったりすると「トイレにばかり行ってるね」と言われます。

Q17 : 舅（72歳）の介護をしている姑（69歳）が、どうも少し尿が漏れているようで、部屋のにおいが気になります。義母を傷つけずに尿漏れを確かめるにはどうしたらいいでしょうか。また、部屋のにおいを減らすよい方法はありませんか。

Q18 : 50代後半の女性です。10年ほど前から、腹圧性尿失禁に悩んでいます。思いきって手術をと思ったのですが、1週間も入院するとか、こわい合併症になることもあると聞き、二の足を踏んでいました。しかし最近、簡単に出来て、再発も少ない新しい手術法が行われていると聞いています。どんな手術ですか。またその手術を受けられる人に、症状や年齢などの制限はありますか。

Q19 : 40代の女性です。腹部に力を入れると尿が漏れるようになったため、大好きなテニスをするのが出来なくなりました。お医者さんは「運動はしたほうがいい」とおっしゃいますが、尿が漏れても運動すべきなのでしょうか。運動しやすいパッドなどがありましたら教えてください。

Q20 : 理由はわからないのですが、おしっこが出にくいことと、ときどき尿が漏れてしまう症状があります。内科や泌尿器科で診てもらいましたが「異常なし」とのことです。病気ではないようなのですが、生活上は不便で困ります。どこに相談したらいいのでしょうか。