

## 夜尿症

夜尿症とは「5歳以上で1か月に1回以上の頻度で夜間睡眠中の尿失禁を認めるものが3か月以上つづくもの」と定義されています。7歳児で10%程度は夜尿症があるとされ、年間15%ずつ自然に治るとされますが、治療介入により、自然経過に比べて治癒率を2～3倍、高めることができ、治癒までの期間が短縮するといわれています。また、夜尿症が改善したお子様では自尊心の回復が見られます。治療開始から効果がでるまでに一定期間かかることも多いため、早めの相談をお勧めします。難治性の場合には、小児泌尿器科医とも連携を行い治療していきます。

### ●原因

夜尿症は親の育て方や子どもの性格の問題ではありません。決して叱ったり、焦ってはいけません。

#### ・夜間多尿（多尿型）

夜間の尿量が多いことが夜尿症の原因の一つです。寝ているときの抗利尿ホルモンの分泌が低下していることがあります。飲水過剰や塩分・タンパクの摂取過剰が原因となることもあります。

#### ・排尿筋過活動（膀胱型）

寝ているときの膀胱の動きが未熟で、膀胱容量が小さかったり、膀胱が勝手に収縮してしまったりすることが原因の一つです。

#### ・覚醒障害

膀胱がいっぱいになっても、尿意で目をさますことができないことがあります。

#### ・その他

発達の遅れや遺伝的要因、腎・尿路系や神経の病気が隠れていることがあります。

### ●治療

#### ・生活指導、行動療法

夕食後の水分摂取の制限や膀胱訓練などがあります。夜間に無理に起こすと治りにくくなる場合があります。

#### ・便秘治療

直腸と膀胱の相互作用があり、便秘があると膀胱の機能に影響を及ぼします。

#### ・デスマプレシン治療

抗利尿ホルモンの内服を行います。夜間多尿型の夜尿が有効とされています。

#### ・アラーム療法

眠っている間の排尿を気づかせ、覚醒してトイレに行くか、我慢できるようにすることで、夜尿をしないようにする治療です。覚醒困難や膀胱型の夜尿がより有効とされています。