



勢いがなく、
なかなか
終わらない



いきまないと
おしっこが
出にくい



おしっこをした後も
すっきりせず、
残っている感じ
がする

らくらく検査

おしっこのトラブル

このような症状があれば、一度、医師に相談しましょう



トイレに
着く前に
漏れてしまう



就寝後
おしっこのために
目が覚める



1日に何度も
トイレに行く



咳や
くしゃみで
漏れてしまう

監修

岡山大学大学院医歯薬学総合研究科泌尿器病態学分野

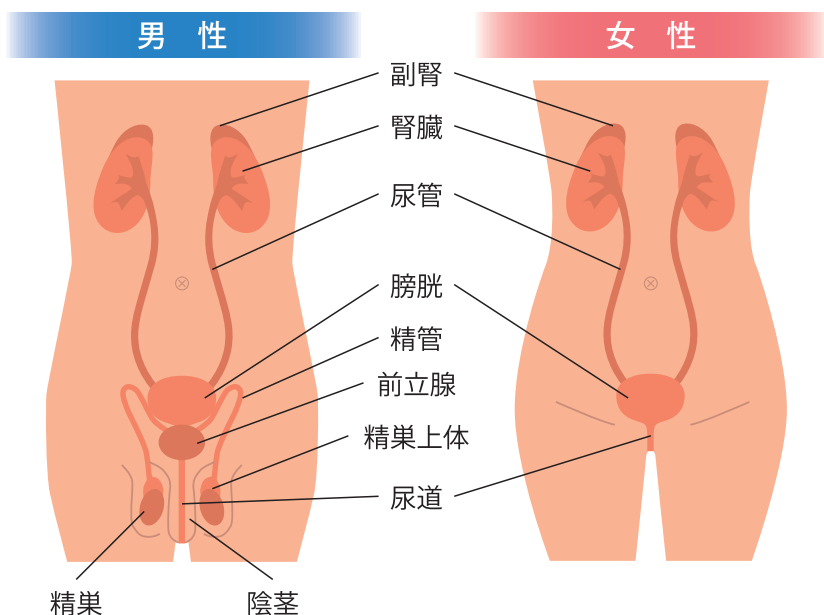
教授 公文 裕巳 先生

1 毎日のおしっこ

おしっこは、人が健康な体を維持していくために体内のいらぬ物を体外に出す仕組みです。

おしっこは、まず腎臓で作られ、尿管を通して膀胱に溜まります。ある程度の量になると尿意を感じて、尿道を通して外に排出されます。

正常な人のおしっこの回数は、昼間は5回～6回、夜は多くても1回です。おしっこの回数が多くなり、1日に10回以上、特に夜寝てから2回以上トイレに行くようになると、なんらかの病気が疑われます。



2 自覚症状のチェック

質問票を記入します(裏表紙)。これにより、おしっこの状態・程度をおおよそ把握することができます。

これ以外に、現在患っている病気や服用しているお薬がある場合はその旨を医師に伝えてください。

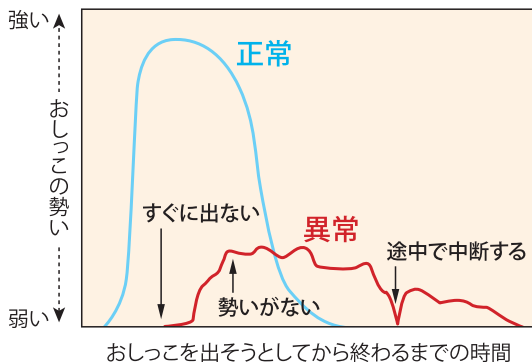
3 尿検査

おしっこの中に、異常の原因となるものがないか調べる検査です。おしっこをとる際には、出始めのおしっこは少し捨てて途中から、中間尿をとってください。

4 尿流動態検査

尿流測定検査は普通におしっこをするだけで、おしっこの勢いや出方の異常がわかる検査です。

おしっこの勢いや出方に異常がある人では、山の高さが低く、平坦になります。ひどくなると、途中で何回か中断したり、非常に時間がかかります。



尿流測定の特長

- 患者さん本人の負担が全くありません。
- 症状を客観的にとらえることができます。
- 泌尿器科では最初に行う大切な検査です。
(精密検査が必要かどうか簡単にわかります。)
- 病気の治っていく過程が把握できます。

尿流測定検査の注意点

- 普通におしっこをしたくなるまで待つ。
- おしっこを我慢しすぎない。
- 普段の通りにおしっこをする。
- 緊張したり、かんだりしない。

5 残尿測定

おしっこをした後に、膀胱に残ったおしっこの量を測定する検査です。最近では、超音波検査にて測定できるため体への負担はありません。

排尿状態質問票

国際前立腺症状スコア (IPSS)

あなたの最近1カ月の排尿状態についておたずねします。
それぞれの質問についてあてはまる番号を○で囲んでください。

		ない	あまり ない	ときどき ある	2回に 1回	しばしば ある	いつも ある
1	おしっこをした後、おしっこがまだ残っている感じがありますか？	0	1	2	3	4	5
2	おしっこをした後、2時間以内に、もう1度いくことがありますか？	0	1	2	3	4	5
3	おしっこの途中でおしっこが途切れることがありますか？	0	1	2	3	4	5
4	おしっこを我慢するのが難しいことがありますか？	0	1	2	3	4	5
5	おしっこの勢いが弱いことがありますか？	0	1	2	3	4	5
6	おしっこを出すとき、いきむ必要がありますか？	0	1	2	3	4	5
7	夜、就寝してから朝まで何回おしっこに起きますか？	0	1	2	3	4	5

		大変 満足	満足	ほぼ 満足	満足・不満の どちらでもない	やや 不満	不満	大変 不満
8	現在のおしっこの状態が続くとしたら、どう考えますか？	0	1	2	3	4	5	6

1～7の合計点数：_____点 (0～7点：軽症 8～19点：中等症 20～35点：重症)

8の点数：_____点 (0～1点：軽症 2～4点：中等症 5～6点：重症)

過活動膀胱症状質問票 (OABSS)

以下の症状がどれくらいの頻度でありましたか。この1週間のあなたの状態に近いものの一つだけ選んで点数の数字を○で囲んでください。

		点数	頻度
1	朝起きたときから寝るときまでに、何回くらいおしっこをしましたか？	0	7回以下
		1	8～14回
		2	15回以上
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらいおしっこをするために起きましたか？	0	0回
		1	1回
		2	2回
3	急におしっこがしたくなり、我慢が難しいことがありましたか？	3	3回以上
		0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
4	急におしっこがしたくなり、我慢できずにおしっこをもらすことがありましたか？	4	1日2～4回
		5	1日5回以上
		0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2～4回
		5	1日5回以上

合計点数：_____点 (5点以下：軽症 6～11点：中等症 12点以上：重症)

点数を記入し、医師に相談しましょう。

科研製薬株式会社