

マリン通信が密かにお届けされています皆様、いつもありがとうございます、中本です。

ゴールデンウィークも終わり、5月6日には立夏(りっか)を迎え、暦の上の夏の始まりです。この日から立秋の前日までが夏季になり、新緑の季節で、蛙が鳴き出すのもこの頃からです。夏といっても本格的な夏はまだまだ先で、日差しが強くなり(UV対策忘れずに)気温が高くなる日もありますが、基本的には暑くもなく寒くもなく、湿度が低く風もさわやか。とても過ごしやすくレジャーでお出掛けに最適の季節と言えます。ちなみに私の日焼けは農作業によるものです・・・。



さて、今月のテーマは

「前立腺肥大症」

です。

前立腺は男性の膀胱のすぐ下にある尿道を取り巻く腺組織で、精液の一部を作る働きを持っています。本来の大きさは栗の実のほどですが、この前立腺がこぶのようになって尿道を圧迫し、尿の通りが悪くなるとさまざまな症状が出てきます。ただ、前立腺全体が肥大する原因は、男性ホルモンと女性ホルモンのバランスの変化によると推測されています。つまり、加齢とともに生じる生理的な変化であり、30~40代ではまずみられません。60歳以上の人々に多くみられる疾患で、それ自体は病気ではありません。前立腺の肥大が原因の症状が現れた場合に限り前立腺肥大症と診断されます。

前立腺肥大症の顕著な初期症状は、「尿意を感じることが多くなる」とこと、「尿意があっても尿が出にくくなっている排尿時にいきみなどを必要とする」とことなどです。そして1回あたりの排尿量も減少し、残尿感を感じるようになります。さらに悪化すると残尿感が増して、膀胱は大きくなるのに、1回の排尿量はますます少なくなるという悪循環に陥ります。そして、尿閉というほとんど尿が出ない状態になり、放置しておくと、腎臓で作られた尿が膀胱へ流れなくなってしまって、腎臓に尿がたまってしまう、水腎症や腎不全や尿毒症の誘発原因にもなるのです。

『検査と診断』

●前立腺がんの除外診断

50歳以上の人々で排尿障害を訴える患者さんでは、まず前立腺がんの除外診断が大切です。血液中の前立腺腫瘍マーカー(PSA)の値を測定することが重要です。肛門から指を入れて、経直腸的に前立腺を触診することもがんの鑑別診断に大切な検査です。

●前立腺肥大症の評価

○基本的評価

- 全般的な健康状態の評価に加えて、脳梗塞、脳出血、脊髄疾患や糖尿病など、排尿障害を来す合併症や既往症の有無、副作用として排尿障害を引き起こす薬剤の服用がないかどうかを確認します。尿検査と腎機能検査を行います。

○前立腺肥大症の重症度の判定

- 国際前立腺症状スコア (IPSS) … 7種類の自覚症状の強弱をそれぞれ点数化したのです。ひとつの症状につき 6段階 (0 ~ 5点) に点数化され、合計点で評価します。
- QOL スコア…患者さんがどれほど日常生活に困っているかを 7段階 (0 ~ 6点) の点数により評価します。
- 最大尿流量率…排尿時の尿線の勢いを調べる検査です。記録器械に接続された小用便器に排尿してもらうだけで、1秒間に最大何 ml の尿が排出されたか記録されます。
- 残尿量…排尿後にどのくらいの量の尿が排泄されずに残っているか、超音波で検査します。
- 前立腺容積…前立腺が腫大しているか否かを超音波検査で調べます。前立腺の腫大が認められない場合は、膀胱の排尿機能の異常や尿道狭窄などの鑑別診断を行います。

『治療方法』

前立腺肥大症の治療は、日常生活に特に不便がない限り必要なく、経過観察と定期検査を続けるだけで十分です。ただ、何らかの支障があるときは、薬物療法、手術などを選択します。薬物療法の目的は、前立腺を小さくすることと、過敏になった膀胱を鎮静させたり、働きを助けたりすることです。ただし服用しても即効性はありません、性欲の低下、低血圧などの副作用が現れることも。手術は、尿道から内視鏡を挿入し、前立腺をレーザーなどで切除する方法などがあります。また、その他の治療法として尿道ステント（前立腺部尿道に筒状の形状記憶合金メッシュを置いて尿の通りを確保）や、導尿（カテーテルという管を尿道から膀胱に通す）があります。

前立腺肥大症を西洋医学的にとらえると、加齢に伴う男性特有の生理現象ということになりますが、漢方的にも体の老化、つまり「気（き）」（生命活動を維持する目に見えないエネルギー）の停滞により引き起こされる「血（けつ）」（血液やリンパ液、組織液などを含めた体液の総称）と「水（すい）」（体内の水分の総称）の滞りが前立腺肥大症につながっていると考えます。血と水が停滞すれば必然的に血液循環が悪くなり、体も冷えます。そして「腎虚（じんきょ）」といわれる、泌尿器、生殖器、一部の内分泌器官にかかるさまざまな症状が現れてくると言えます。したがって、西洋医学の前立腺肥大症の治療は、局所的な排尿障害の改善を目的とするのに対して、漢方では尿の出をよくする、前立腺の肥大を防ぐという 2つの面を目標にしながら、腎臓、膀胱、前立腺の障害を全身的な見地で治療していく、軽やかな排尿を取り戻すことを目指しています。

【日常生活上の注意点】

- ◆ 排尿を我慢しないように
- ◆ 適度な運動を
- ◆ 過度のアルコールはひかえる
- ◆ 便秘をしないように
- ◆ 適度な水分を
- ◆ 刺激の強い食事はひかえる

