

夜尿症（おねしょ）のおはなし

通常3～4歳になると、尿量を調節するホルモンや膀胱の筋肉を調節する神経が発達し、おねしょがなくなっていきます。つまり、おねしょは幼児期であれば多くのお子さんが経験するできごとです。通常成長とともに回数が減っていきませんが、小学校低学年で10%くらいのこども達におねしょがみられています。中学1年生でも数%、最近では大人になっても治らないケースがあるといわれています。

おねしょは治療した方がいいの？

以前は「成長とともに治るものだから…」などの理由から、小児科で積極的に治療されることは少ない病気でした。しかし最近では夜尿症に効果のある治療方法が確立されつつあること、また成人への移行例があることなどから、小学生以上の夜尿症には治療がおこなわれることが多くなりました。

おねしょは周囲に相談しにくいこともあり、本人や家族が強いストレス、不安を感じていることも多いようです。こういった傾向は年齢と共に強くなり、宿泊を伴う行事などにも影響してしまいます。おねしょに対する理解を深め適切な対応をすると、自然に治るのを待つより、1年間で3倍くらい治る確率が高くなるといわれています。

こういった理由から、現在では小学生以上の夜尿症には積極的な治療がすすめられています。

おねしょの治療って？

夜尿症にはいくつかのタイプがあります。

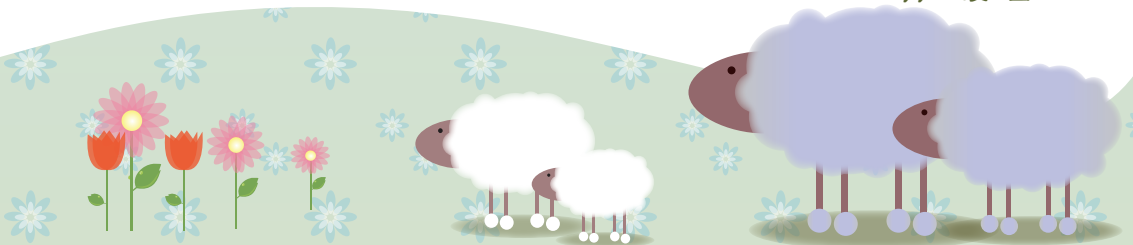
- 1 多尿型：夜間の尿量が多いタイプです。水分や塩分を多くとりがちなケースにみられます。
- 2 膀胱型：膀胱の大きさが小さく、おしっこをたくさんためられないケースにみられます。
- 3 混合型：①と②の両方の要素をもつケースです。

このタイプによって治療方法は異なります。

具体的には、

- 生活指導 水分、塩分の制限。もちろん規則正しい生活はホルモンや神経のバランスに良い影響を及ぼします。
- アラーム療法 おねしょをするとアラームが教えてくれる治療法で、外国では非常によく使用されています。アラームで目覚めさせることが目的ではなく、夜間の膀胱機能の改善に効果があるといわれています。
- 薬物療法 現在主に3種類のお薬が使用されています。タイプによりお薬の選択が変わりますが、効果がない場合組み合わせで使用したりします。

>> 裏面へ



どのくらいで治るの？

夜尿症は自然に様子をみた場合、1年に10%程度、治療した場合にはその3倍くらいが治るといわれています。

夜尿症は自然に様子をみた場合、1年に10%程度、治療した場合にはその3倍くらいが治るといわれています。

夜尿症治療において大切なことは、“本人も家族もあせらないこと”です。夜尿症のタイプ、個々の生活環境、食生活などが影響するため、治るまでの期間には個人差が大きく、また一度良くなっても、お薬をやめると再び夜尿を繰り返してしまうお子さんもいるからです。治療期間が長引いたり、思うような効果があらわれないと、治療を中断してしまう方もいます。

夜尿症は心の病気ではなく、体の病気です。本人および家族が十分な知識をもち、今後のみとおしを理解することで、あせりや不安は少し軽くなるのではないのでしょうか？

小学校低学年のお子さんの場合、まだ病気の事を十分に理解できない場合がありますが、できるだけわかりやすく説明し、本人がやる気を持って治療できるようお手伝いしたいと思います。

これから寒くなると、“冷え”がおねしょに影響する季節です。

当院では個別にご相談を受けています。何となく受診しにくかった方も含め、お子さんのおねしょが気になる方は、是非ご相談下さい。



自由が丘メディカルプラザ 小児科

TEL : 03-5731-3565

<http://www.jiyugaokamp.com/s>

