

## 今月のテーマ

# 尿もれ・尿失禁



尿失禁(尿もれ)とは、「自分の意志とは関係なく尿が漏れてしまうこと」です。40歳以上の女性の4割以上が尿失禁を経験しているとの報告があり、決して高齢者だけのものではなく、珍しい症状でもありません。しかし、恥ずかしくて誰にも言えない…と悩んでいる人も多いのではないのでしょうか？尿失禁の原因や状態によっては、治療法があります。日常生活でお困りの際は、我慢せずに泌尿器科を受診しましょう。

## 尿失禁の種類

ふくあつせい

### 腹圧性尿失禁

咳やくしゃみ、笑う、運動、重い荷物を持った時など、お腹に力が入った時に尿が漏れてしまうのが腹圧性尿失禁です。加齢や妊娠・出産などにより骨盤底の筋肉が緩むことで起こり、女性の尿失禁の中で最も多いタイプです。

せつぱくせい

### 切迫性尿失禁



急に尿がしたくなり(尿意切迫感)、トイレまで我慢できずに漏れてしまうのが切迫性尿失禁です。本来は脳からの指令で排尿はコントロールされていますが、脳血管障害などによりコントロールが上手くいかなかったなど、原因が明らかなくともあります。しかし多くの場合、特に原因がないのに膀胱が収縮してしまい、尿もれを起こします。尿の量は腹圧性尿失禁より多く、ときに大量に出ます。その為、用心して早めにトイレに行くようになり頻尿の症状につながります。男女問わず、高齢の方に多く見られます。

いつりゅうせい

### 溢流性尿失禁

自分で尿を出したいのに出せない、一方で膀胱に尿が充満し漏れ出してしまうのが溢流性尿失禁です。尿が出にくくなる排尿障害が前提にあり、代表的な疾患は前立腺肥大症、前立腺がん、尿道狭窄など、男性に多く見られます。

きのうせい




### 機能性尿失禁



排尿機能は正常であるにもかかわらず、身体運動機能の低下や、認知症が原因で起きる尿失禁です。例えば、手足が不自由なためトイレに行ったり、衣服を脱ぐのに時間がかかる、認知症のため、トイレで排尿できないといった理由で、膀胱の機能とは関係なく尿失禁が生じることがあります。この場合、介護や生活環境の見直しを含めて取り組んでいく必要があります。

# 大人用 紙おむつ・パッド

体の状態にあったおむつ・パッドを選び、快適に過ごしましょう!

<p>1人で外出できる </p>	<p>介助があれば歩ける座れる </p>	<p>寝ていることが多い </p>
<p>普通の下着 </p> <p>or</p> <p>下着のような紙パンツ </p> <p>軽失禁パッド </p> <p>補助パッド 不要</p>	<p>介護用 紙パンツ </p> <p>尿とりパッド (紙パンツ専用) </p> <p>(昼用・夜用)</p>	<p>テープ式 </p> <p>尿とりパッド (テープ式専用) </p> <p>(昼用・夜用)</p>

## Q 生理用ナプキンと違うの？

生理用ナプキンは粘性のある経血用に作られているため、尿の吸収には適しておらず、わずかな尿もれでも代用できません。尿もれには尿ケア専用品を使用しましょう。

## Q おむつとパッドを併用したほうがいいのか？

外側のおむつ1枚でも良いですが、少し薄めのおむつと尿取りパッドを併用すると、汚れたらパッドを交換するだけで、ズボンや下着を脱がなくても簡単に交換ができます。外出時でもこまめに交換することができるので衛生的な上に、おむつよりパッドの方が安い為、経済的です。

## Q 男性用の商品はありますか？

あります。男性の身体に最適な形状に設計されています。



## Q おむつも医療費控除の対象になりますか？

なります。医療費控除とは、1年間に家族で支払った医療費の合計が10万円以上の場合、税務署へ確定申告することで所得控除を受けることができる制度です。紙おむつが必要であると医師に診断された方(傷病によりおおむね6か月以上にわたり寝たきり状態であると認められた人)が対象で、医師に「おむつ使用証明書」を発行してもらい、医療費控除明細書を添えて税務署に申告する必要があります。

**お薬や介護についてわからないことや、気がかりなことがありましたら、お気軽にお尋ねください。**

担当 みやこ薬局 北山店

<https://www.miyako-ph.co.jp>

# みやこ薬局

本店・山科店・薬大前店・マツヤスーパー店・北山店・紫竹店・大宮店・桂店