

大きな木のあるお医者さん ところ、チャイルド・クリニック

夜尿症についてお話しします。

●はじめに

年齢とともに膀胱容量が増加し、尿量を減らす抗利尿ホルモン（ADH）の夜間分泌も増加するため、5〜6歳になると、90%の子どもはおねしょがなくなります。6〜7歳を過ぎても、週に3回以上のおねしょがあれば、夜尿症とされます。夜尿症の頻度は、小学校低学年では約10%、高学年では約5%で、1年毎に10〜15%は自然経過で治っていきます。ところが、治療を受けると治癒率が2〜3倍高くなり、夜尿症卒業までの期間が短縮します。

●夜尿症の3つの型

夜間尿量の多い多尿型、膀胱容量の小さい膀胱型、両方の要素のある混合型があります。各型それぞれ対処法が違ってきます。

●まずは生活の改善から

夜尿日誌をつけてみましょう。これだけでもやる気が出て、効果があります。決まった時間に排尿、特に起床後と就寝前には、必ずトイレに行く習慣をつけます。日中にしっかりと水分を摂



●抗利尿ホルモン

尿を濃縮して尿量を減らす働きがあり、膀胱容量が正常で夜間尿量の多い多尿型で、最も効果があります。就寝前に歯磨きの後、水を使わずに口の中で溶かし、服用後はうがいも避けるようにします。水分を多量にとると、低ナトリウム血症（水中毒）を来すので、注意しましょう。段階的に減量すると、再発率は減少します。

●アラーム療法

アラームの音と振動が刺激となり、尿意で覚醒する習慣が付き、夜間の膀胱容量が増加します。アラームが鳴

ても子どもが気づかない場合には、親御さんが声をかけ、トイレで排尿するように促します。治癒率は65〜70%、中止後の再発率は10〜20%とされています。

●その他の治療

昼間のおもらしがある場合には、抗コリン薬を併用します。便秘、残尿などの副作用に注意が必要です。その他に抗うつ薬や漢方薬が使用されます。難治性の場合には、脊椎、腎臓、尿路疾患などの検査が必要となります。

●おわりに

怒らない、起さない、焦らない、ほめる、比べないが治療の5原則です。夜尿症は、親のしつけの問題ではありません。夜尿症の子どもは、自己肯定感が低下しがちです。夜尿のなかつた日は、しっかりとほめてあげましょう。治したいという親子の前向きな姿勢が大切です。二人三脚の治療で、親子の絆はさらに強くなり、お子さんも大きく成長されることでしょう。



野村 真二 院長

平成22年9月に小児科開業、平成23年4月に病児保育室を開設。未熟児新生児医療の経験を生かして、心をこめて診療、子育て支援を行っています。



ココロ・チャイルド・クリニック Cocoro child clinic

4階の病児保育室ちゅんちゅんもご利用下さい

お問い合わせはtel.082-848-6619まで

●診療日・時間

月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	△

14:00~15:00に乳児健診、予防接種を行っています。
△17:00まで 【休診日】日曜・祝日



DATA

広島市安佐南区伴南1丁目5-18-8-301
西風新都ゆめビル

tel.082-849-5519

ACCESS

広電バス「ところ産業団地」「ところ西公園」行き「ところ入り口」下車

