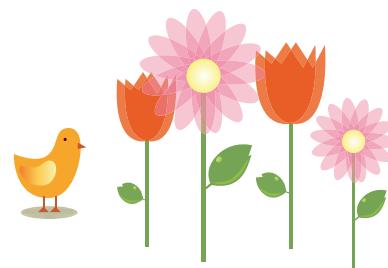


子どものおねしょ、夜尿症



【おねしょと夜尿症】

「あ～、また今日もおねしょしちゃった」という経験ありませんか。つい、「何やっているの、しっかりしなさい」と叱っていませんか。叱っても治るわけではありませんし、むしろ逆効果です。おねしょは、抗利尿ホルモン（尿量を調節）の分泌や膀胱の機能が未熟なために睡眠中に尿が漏れてしまうもので、通常5歳までにはなくなります。

一方、5歳を過ぎても1ヶ月に1回以上のおねしょが3ヶ月以上持続するのは夜尿症です。「僕だけ、私だけ、うちの子だけ」と思われがちですが、実は日本に80万人（5歳で15%、10歳で5%、15歳で1%）も夜尿症の子がいるのです（小学4年生100人に5人）。また、なかには日中にもお漏らししてしまう子もいます。

【原因】

原因は夜間多尿（抗利尿ホルモンの夜間分泌不全）、膀胱容量の低下や排尿筋の過活動、睡眠覚醒の障害、遺伝的素因などが挙げられますが、まだわかっていない部分もあります。

なお、6ヶ月間以上夜尿がなかったのに再度出現した場合は他に原因となる病気が隠れていることもありますので注意が必要です。

【夜尿症の治療】

夜尿症の治療は①生活習慣の見直し、②薬物療法、③アラーム療法などがあります。①は規則正しい生活や飲水制限などの見直し、②は抗利尿ホルモン薬、排尿筋の過活動を抑える薬、漢方薬などを服用し、③は機器を使用した治療です（痛みなどはありません）。

夜尿症は「いつか治る」と思われがちで医療機関を受診する子は6人に1人だけです。小学生になるとお子さんだけで学校行事や習い事のお泊まりに行く機会も増えますが、①②③の治療を開始しても治るのは1年で約半数、3年で約80%と時間がかかります（無治療よりは約3倍の治癒率です）。

行事の直前ではなく余裕をもって医療機関を受診するとお子さんも安心して行事に参加できると思います。



2018.4.27 もしもしんぶん掲載

医療法人社団めぐみ会

南大沢メディカルプラザ2 小児科



さいとう あきら
齋藤 陽 医師

日本小児科学会認定小児科専門医
東洋医学会漢方専門医

〒192-0364
東京都八王子市南大沢 2-25 フォレストモール南大沢 2F

TEL: 042-670-5922

<http://www.m-medicalplaza.com/s/>

