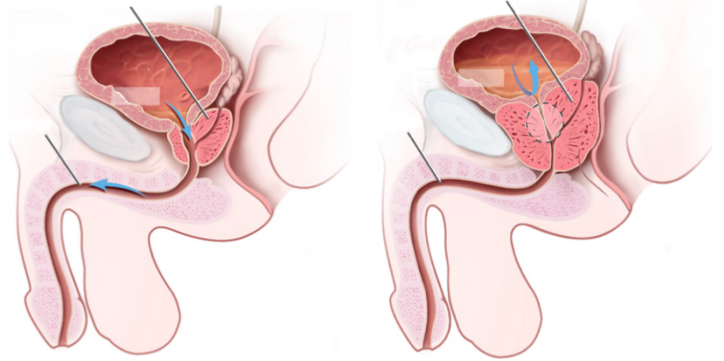


前立腺肥大症

前立腺肥大症は、男性であれば加齢とともに誰でもかかる可能性がある疾患です。尿が出にくくなった、残尿感がある、排尿回数が増えた（頻尿）など、尿の排出に関係する症状があれば、それは前立腺肥大症かもしれません。排尿トラブルは著しく生活の質を低下させるため、心当たりがあればお近くの薬局・薬店に相談してみましょう。

◆前立腺肥大症とは◆¹⁾

前立腺肥大症とは、加齢に伴い、男性特有の器官である前立腺が肥大した状態で、下部尿路機能に障害を呈する疾患です。前立腺は膀胱の出口付近に尿道を取り囲むように存在しているため、この前立腺が肥大すると尿道が物理的に圧迫され、排尿することが困難になります。多くは、頻尿や残尿感、夜間頻りにトイレに行きたくなる、尿失禁、尿意切迫感、尿漏れなどを引き起こすことがあります。



正常な前立腺

肥大した前立腺
-wikipedia



◆甘く見てはいけない合併症◆^{2),3)}

たかが「尿の出が悪くなるくらい」と思う方もいるかもしれませんが、この病気を放置していると、尿がたまって排尿できない「尿閉」や、たまった尿の影響で腎臓の機能が低下する「水腎症」、残尿によると考えられる「尿路感染症」など、様々な合併症が起きる可能性があります。特に、糖尿病の方や高齢者は、前立腺肥大症が悪化しても気づかないケースがあるとのことですので、注意が必要です。

◆前立腺肥大症の危険因子◆^{2),4)}

原因についてはまだ解明されていません。ただ、前立腺肥大症の明らかな危険因子は加齢とされています。これは、加齢に伴う男性ホルモン等の分泌バランスの変化、感染症に起因する慢性の炎症、免疫応答の亢進などが原因と考えられています。加齢以外では肥満、高血圧、高血糖、脂質異常症といった生活習慣病も前立腺の肥大に関係しているとの報告があります。近親者（父親、兄弟）が前立腺肥大症の場合、発症リスクが上昇することから遺伝的要因もあると考えられていますが、原因となる遺伝子はまだ同定されていません。



◆前立腺肥大の症状に気づいたら◆^{5),6),7)}

生活に支障をきたすような自覚症状が出ている場合、まずは内服による治療を行います。それでも改善が見込めない場合、外科的な治療方法もあります。一晩に2回以上トイレに行くために起きてしまう、などの症状がある場合は、我慢せずに早めにお近くの薬局・薬店に相談してみましょう。日常生活の中でできる対策としては、食習慣の改善も効果があるかもしれません。前立腺の手術を受けた方を調査した結果、野菜の消費量と前立腺肥大症の重症度には逆相関があり、特にβカロテン、ルテイン、ビタミンCが豊富な野菜や、タマネギ、ニンニクなどが前立腺肥大症のリスクを低下させるとの報告があります。また、アルコールの大量摂取は症状を悪化させることが分かっていますので、自覚症状のある方はアルコールの摂取は適度な量に留めましょう。



<参考>

1. MSD マニュアル「前立腺肥大症」
2. 日本泌尿器科学会「前立腺肥大症診療ガイドライン」
3. 日経 Gooday「前立腺肥大の人は年齢とともにどれくらい増える？」
4. J Urol 1994; 152: 115 - 119
5. 健康長寿ネット「前立腺肥大症」
6. Am J Clin Nutr 2007; 85: 523- 529
7. Urology 2007; 70:672 - 676

山口市小郡下郷844-4

三好薬局