

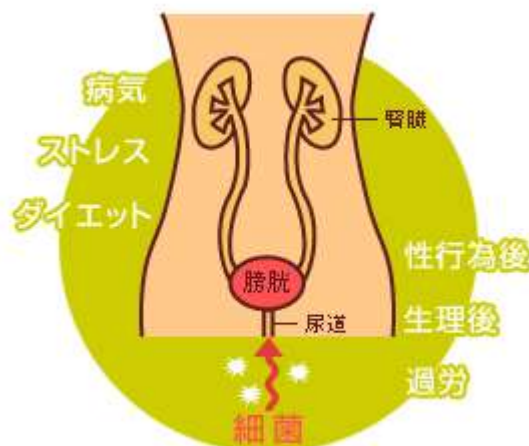
(有) 静岡健康企画 ことぶき薬局 TEL055(977)6024 たまち薬局 TEL054(251)1678
ひまわり薬局 TEL053(463)4312 みかん薬局 TEL053(584)2230

膀胱炎について

膀胱炎とは？

膀胱炎は、膀胱の粘膜に炎症が起きる病気で、その多くは尿道から膀胱に細菌が侵入し、感染することによって起こる【細菌性膀胱炎】です。

膀胱内にはもともと少量の菌があり、細菌への抵抗力もついているのですが、疲労やストレスなどで抵抗力がおちると膀胱内で菌が増え膀胱炎となります。一般には男性より女性がかかりやすいといわれています。これは細菌のいる膣や肛門と尿道との距離が近く、尿道が短いためです。性行為で尿道が傷ついて菌に感染することもあります。とくに妊婦は膀胱が空っぽになりやすく、抵抗力もおちる傾向にあり膀胱炎にかかりやすいので注意が必要です。



どんな症状？

- 頻尿…排尿回数が増加します。尿量は多くありませんが、すぐに尿意を感じたり、残尿感があつたりします。
- 排尿痛…炎症を起こした粘膜が刺激されて痛みます。排尿途中で痛むこともあります。排尿の最後に強く痛むのが特徴です。
- 尿の混濁…健康な尿が透明なのに対し、膀胱炎になったときの尿は混濁しています。これは、尿に白血球や細菌などが混じる為です。

その他、残尿感・尿意切迫感・血尿・下腹部痛などが起こったり、尿の臭いが強くなることもあります。重症化すると菌が膀胱より侵入し、腎盂（じんう）腎炎となることもあります。気になる症状がでた場合はすみやかに泌尿器科を受診し、適切な治療を受けましょう。

治療は？

細菌性膀胱炎の治療では、抗菌薬を用いるのが基本です。細菌の種類をはっきり特定するには、尿培養検査の結果を待たなければなりません。結果が出るまでには日数がかかります。そこで、初診時に膀胱炎と考えられれば、すぐに最も適すると判断される抗菌薬で治療を始めます。この時は、膀胱炎を起こす多くの細菌に効果のある抗菌薬が処方されますが、培養検査の結果が出て、細菌の種類が判明したり、耐性菌であるなど、初診時に処方した抗菌薬が合っていない場合は、再診時に薬を変更します。また、冷えや排尿困難などの体質改善の目的で漢方を処方する場合があります。



治療中は、次のようなことに留意して下さい



●抗菌薬はきちんと服用する。

薬を飲み始めて症状が治まったからといって、自己判断で薬の服用を中止しないでください。細菌が死滅しきらず、再発する原因になったり、耐性菌を生み出す原因になったりする可能性があります。処方された期間、きちんと服用することが大切です。



●水分をたっぷりとり

水分をたっぷりとり、尿量を増やして、膀胱内の細菌を洗い流します。たびたびトイレに行きたくなるのを嫌がって、水分補給を控えたりするのは逆効果です。ごく軽い膀胱炎の場合は、水分補給だけで改善する事もあります。



水分は、水・お茶・ジュースなどなんでもかまいませんが、アルコール飲料は炎症を助長するので避けて下さい。

●休養をとる

膀胱炎が起きるときは、過労から免疫の働きが低下していることが多いので、過労を避け、十分な睡眠をとりましょう。

また、冷えは血行を悪くするため、下半身を冷やさないようにします。ゆっくりお風呂に入り、体を温めるのもいいでしょう。

●再発を繰り返す場合

再発を繰り返す場合は、基礎疾患が潜んでいる場合や、「間質性膀胱炎」など、細菌性以外の膀胱炎の可能性があります。基礎疾患がある場合はその治療を行い、細菌性以外の膀胱炎の場合は、それに合わせた治療を行います。

☆再発予防のポイント☆

尿量や排泄回数を増やす

膀胱に尿が長く留まると細菌が繁殖しやすくなります。水分を多くとって尿を出し、膀胱内の細菌を洗い流しましょう。

下腹部を冷やさない

尿意が強くなり、膀胱炎の症状が悪化することがあります。ひざ掛けやカイロなどを利用しましょう。

便秘をしない

腸内で大腸菌が繁殖し、尿道に進入しやすくなります。

尿道口付近を清潔に保つ

肛門の大腸菌が尿道に入るのを防ぐため、前から後ろに拭きましょう。生理用品などはこまめな交換が必要です。

安静と休養をとる

過労やストレスにより膀胱粘膜の免疫力が低下します。無理をしないようにしましょう。