

マンガで
学ぼう!

もっと知りたい 排尿ケア

第4回 尿失禁治療には前準備が大切!

原作/奥井識仁 マンガ/しんざきゆき

尿失禁が続くと
陰部が赤くただれたり、
排尿による刺激臭も気になって
くるので、恥ずかしがらず早めに
病院へ行くことをおすすめす。
受診前には排尿日誌をつけ、
パッドテストなどの前準備を
行っておけば、医師への
受診もスムーズです。

Dr 奥井

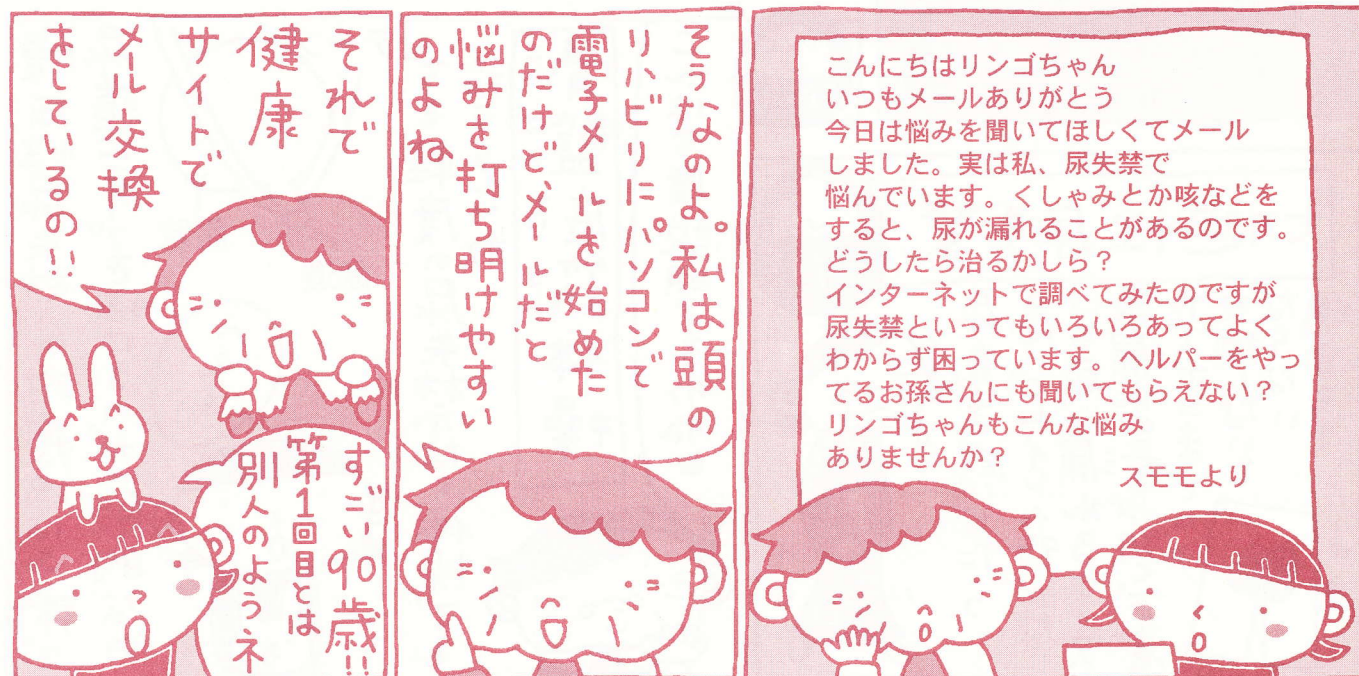
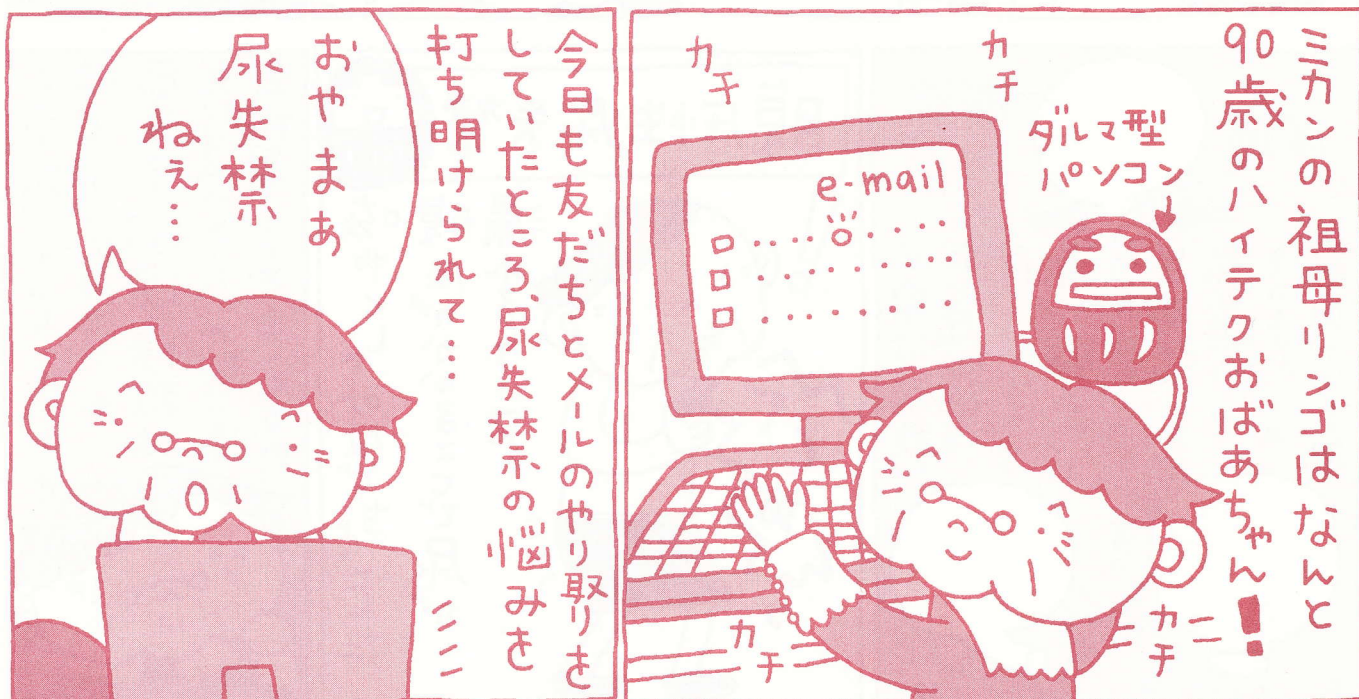
ミカンの祖母リンゴは、パソコンが達人な

スーパーおばあちゃんに大変身!

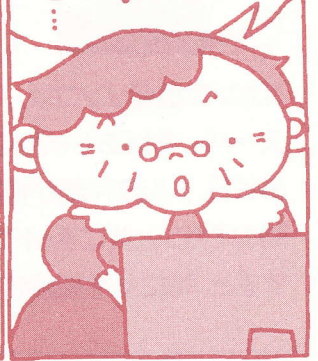
ある日、メル友仲間が相談してきた尿失禁の悩みを聞き、

孫のミカンと共にネットでいろいろ調べてみることに。

すると、特に女性高齢者に多い悩みだということが分かって…。



確かに
尿失禁
と入力してみると...



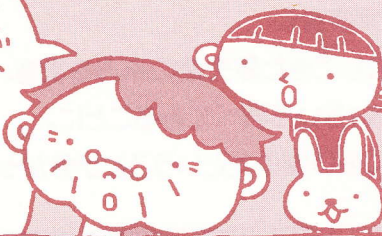
腹圧性尿失禁

せき迫性尿失禁

いっし流性尿失禁

機能性尿失禁

尿失禁が
あることが
介かるのよ



お医者さんに行くように
すすめただけで取っ
がって行こうとしないのよ

尿失禁の治療は、
取っかさが先に立つ人も
多いものね。どの種類の
尿失禁かわからないし...



そこで私がインターネットを
使って調べてみたのよ
尿失禁関連の情報は
主にオムツメーカーや製薬
会社がサイトをだしてるの



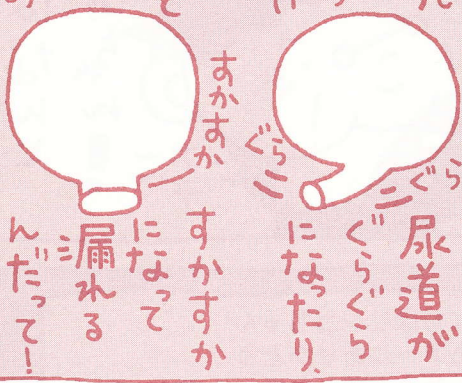
腹圧性尿失禁



咳やくしゃみなどちょっとした
腹圧がかかることで尿が
漏れるケース

膀胱
尿道

正常な状態は
だいたい尿道は
閉じているから
尿が漏れない
のだけれど、
年を取ってくると
尿道や
そのまわりの
筋肉がゆるみ



これは今度説明するわね♡

骨盤底筋体操

でも軽度の尿失禁なら、体操でも
治るらしいわ



腹圧性尿失禁の治療法は手術で
尿道にテープを掛けるのが一般的なの

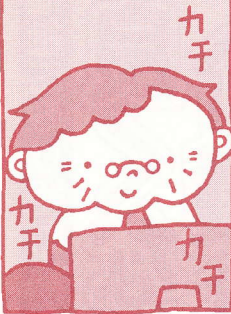


せき迫性尿失禁

尿意を感じたら
急いでトイレへ行かな
いと尿が漏れるケース
尿漏れの量がぐく下着
やスボンまで、
交換しないと
ならない
場合も!



では、さ、そく
スモモちゃんに
返事をしてみるね



2～ 5g⇒軽度
5～10g⇒中程度
10～15g⇒重度
50g以上⇒
極めて重度

なるほど
この漏れ具合
なが目安に
なるのね

テスト前と後に量ったパッドの重さ
の差が尿失禁の量なのよ

★最初に新しいパッドを用意して
重さを量る

★次に500mlの水を飲む

★15分後⇒運動を行う

- 歩行(30分間)
- 階段の上り降り(1回)
- イスに座って立ち上がる
(10回)
- 強い咳をする(10回)
- 1ヵ所を走り回る(1分間)
- 床の物を腰をかがめて拾う
(5回)
- 流水で手を洗う(1分間)

60分後⇒再びパッドの重さを量る

尿は尿の失禁量を調べる
パッドテストをやってみよう!



それにしても祖母のリンゴは
あれからますますインターネットにハマリ、
また新型パソコンを購入しました!
度々王冠型パソコン
メルを送ってきた祖母の
お友だちのスモモさんは
排尿日誌とパッドテストの
データを持って病院の泌尿器科へ
やはり腹圧性尿失禁と診断され
手術して良くなったとのことですよ



登場人物紹介: その④

目黒マツタケ

主人公・ミカンの父。

尿管結石になったり、
前立腺肥大症になったりと
排尿の悩みが続く。
車の運転が好き。



おくい のぶお

作者: 奥井識仁

(絵: しんざきゆき)

東京大学大学院卒業。

米国ハーバード大学ブリガム&

ウイメンズ病院留学(婦人泌尿器科)。

横須賀市立うわまち病院センター長

(低浸襲手術)。