



膀胱炎



膀胱炎とは大腸菌などの細菌が尿道を通して、膀胱内に進入し、増殖・感染して膀胱内で炎症を起こす病気です。また、膀胱炎は一度発症すると繰り返し発症してしまうことが多いです。

★症状★

主な症状としてはトイレが近くなる症状、いわゆる頻尿や排尿の時の痛み、尿の色が白く濁ってしまう、残尿感があり、排尿後もスッキリしない、などが主な症状です。膀胱炎をそのままにしておくと腎盂腎炎という病気になってしまうこともあります。

また、症状が進むと血尿や微熱が出ることがあります。排尿痛や血尿とともに熱が38℃以上と高く、腰痛や背部痛が強い場合は腎盂腎炎の可能性も考えられます。排尿痛が激しかったり、血尿がある場合にはすぐに受診しましょう。

「頻尿」→トイレの回数が増え、1日に何度もトイレに行きます。

「残尿感」→排尿後も尿が全部出しきれていないような、スッキリしない感じがするもの。

「排尿時の痛み」→排尿中、またはその始まりや、終わりに鈍い痛みや差し込むような痛みが出ることがあります。

★原因★

膀胱炎の発症の原因は細菌感染です。細菌の感染は尿道から膀胱に入って起きますが、膀胱の中の尿には細菌が少量存在しています。膀胱には細菌への抵抗力があるので通常は発症しません。しかし、疲労や寝不足などで体の抵抗力が弱くなると細菌に感染しやすくなり、膀胱内の細菌が増殖し、膀胱炎が発症してしまうのです。

★こんな人がかかりやすい!★

・トイレを我慢しがちな人

尿が長時間膀胱内に溜まることで、膀胱内の内面が傷み、同時に膀胱内に細菌が増える。

・排便後の拭き方が下手な人

女性の場合は尿道と肛門が近い為、膀胱内に大腸菌が侵入しやすくなります。

・風邪をひきやすい人、ダイエットしている人

抵抗力や免疫力が弱まると、細菌が侵入し、繁殖しやすくなります。また、ストレス、過労にも注意。

★予防・再発防止★

・ストレスや疲労を溜め込まない。

・過剰なダイエットは避ける。

・体、特に下腹部は冷やさない。

・トイレは我慢せず、こまめに排尿する。

・睡眠は十分にとる。

・適度な運動をする。

・水分を多めに摂る。(尿の量を増やし、細菌を体外へ出す為)

★膀胱炎を治すには・・・?★

軽い症状の場合はできるだけ水分を摂って尿の量を増やし、細菌を体外に出すようにすると治ることが多いです。

また、抗生物質を飲めば通常3日程度で治りますが、症状が治まったと思って勝手に薬をやめると、細菌が残っていたり、再発する恐れがあるので薬は指定された期間服用しましょう。自覚症状がなくなった場合も、膀胱の粘膜が荒れて細菌には弱い状態という場合もあるので、水分を十分に摂って排尿を我慢しないようにしましょう。

※尿管結石にも注意!!

症状が膀胱炎と似ているものに『尿管結石』があります。特徴的なのは、背中から脇腹、または下腹部にかけての痛みです。結石が尿管の下部に移動し、膀胱の近くになると、膀胱炎に似た症状を起こします。

気になる症状がある場合は、医師や薬剤師にご相談下さい。

