

はままつ健康フォーラム

HAMAMATSU HEALTH FORUM

市民公開健康講座

はままつ健康フォーラムは、多くの人が大きな関心を持っている「健康」「医療」について、専門的な知識と経験が豊富な講師が分かりやすく講演するものです。
正確な情報を得て、生活の質の向上や病気の予防や予測へとつなげていきましょう。
今回の講演は「～オトナのトイレ事情～頻尿・尿漏れ・排尿トラブルについて」と
「脾臓の病気について～脾炎・のう胞・脾がん～」について解説していただきました。
なお、新型コロナウイルス感染症対策のため、2023年3月11日に講演の内容を収録しました。

YouTube
公開

講演2

脾臓の病気について ～脾炎・のう胞・脾がん～

脾臓の検査方法について
脾臓とは？
脾臓は、暗黒の臓器、寡黙な臓器とも言われており、病気が進行してもなかなか症状が出てきにくい臓器です。胃の後ろの腹膜に位置しており、一部が十二指腸にくつっています。長さは15cm、幅は3cmほどで、重さは60～90gあります。脾臓は、大きく分けて、内分泌と外分泌という2つの働きがあります。内分泌は、ホルモン分泌のことと/or>、血液を介して全身に行き渡ります。代表的なものとしては、インスリンやグルカゴンです。外分泌は、消化・液体の分泌です。脾管から十二指腸へ流れ出るもので、1日に800～1000ml產生されます。

脾臓は非常に見つけにくい臓器のため、いろいろな画像を組み合わせて診断を行います。腹部超音波検査（エコー）は、魚群探知機をヒントにつくられた検査方法で、身体への負担が少ないです。機動性にも優れており、脾管の拡張の発見に適しています。レントゲンを輪切りにして、石灰化の検出に強いCTは、急性脾炎の重症度を調べることができます。ただし、造影剤アレルギーや、腎機

素葉、鎮痛剤などの投与です。また、痛みが強い場合

夜間多尿とは、夜間の尿量が24時間のうちで33%を超えること、または夜間尿量が体重あたり10mlを超えることを言います。夜間多尿を調べる方法として、排尿日誌というものがあります。記録用紙に排尿に行った時間と、量を記入するものです。多尿の原因は、塩分の摂り過ぎや、高血圧、心不全などがあります。水分の摂り過ぎが原因のことも多いため、飲水に関する指導を行います。またアルコールやカフェインは利尿作用があるため制限が必要です。夕方、下半身に溜まった水分を心臓に戻すために、下肢の拳銃運動も効果的です。また、メタボもトイレが近い症状となる方が多くなっています。対処法としては水分を減らす、早めにトイレに行く、市販薬を買うなどがあると思いますが、泌尿器科を受診する方がまだまだ少ないのが現状です。頻尿とは、正常と考えるより排尿回数が多くすぎる状態のことを言います。つまり、回数に規定はありません。ただし、一般的には朝起きてから就寝までの排尿回数が8回以上の場合は、頻尿と考えられています。

夜間頻尿とは、排尿のために1回以上起きなければならぬ状態のことを言います。夜間の排尿回数の考え方としては、布団に入つてから出るまでの回数です。夜間頻尿の病態は、夜間多尿、睡眠障害、膀胱容量減少に分けられます。睡眠時無呼吸症候群などの睡眠障害でも、夜間頻尿になることがあります。過活動膀胱や前立腺肥大症も夜間頻尿の原因です。

脾臓とは？

脾臓は、暗黒の臓器、寡黙な臓器とも言われており、病気が進

行してもなかなか症状が出てきにくい臓器です。胃の後ろの腹膜に位置しており、一部が十二指腸にくつっています。長さは15cm、幅は3cmほどで、重さは60～90gあります。脾臓は、大きく分けて、内分泌と外分泌という2つの働きがあります。内分泌は、ホルモン分泌のことと/or>、血液を介して全身に行き渡ります。代表的なものとしては、インスリンやグルカゴンです。外分泌は、消化・液体の分泌です。脾管から十二指腸へ流れ出るもので、1日に800～1000ml產生されます。

脾臓は非常に見つけにくい臓器のため、いろいろな画像を組み合わせて診断を行います。腹部超音波検査（エコー）は、魚群探知機をヒントにつくられた検査方法で、身体への負担が少ないです。機動性にも優れており、脾管の拡張の発見に適しています。レントゲンを輪切りにして、石灰化の検出に強いCTは、急性脾炎の重症度を調べることができます。ただし、造影剤アレルギーや、腎機

素葉、鎮痛剤などの投与です。また、痛みが強い場合

夜間多尿とは、夜間の尿量が24時間のうちで33%を超えること、または夜間尿量が体重あたり10mlを超えることを言います。夜間多尿を調べる方法として、排尿日誌というものがあります。記録用紙に排尿

を行った時間と、量を記入するものです。多尿の原

因は、塩分の摂り過ぎや、高血圧、心不全などがあり

ます。水分の摂り過ぎが原因のこともあります。記録用紙に排

尿を行った時間と、量を記入するものです。多尿の原

因は、塩分の摂り過ぎや、高血圧、心不全などがあり

ます。水分の摂り過ぎが原因のこともあります。記録用紙に排

尿を行った時間と、量を記入するものです。多尿の原