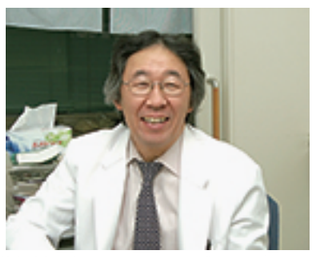
いぶり腎泌尿器科クリニック 広報誌
IBULIVE いぶりぶ
いぶり＋Live
NO.46 夏 号

前立腺肥大症の診断について

坪院長の健康講座

院長 坪 俊輔



50歳以降の中高年男性が排尿の異常を訴えて受診された時には、前立腺肥大症を考慮しながら診察を進めます。前立腺は男性にだけある臓器で、図―1に示すように膀胱の出口で尿道を取り巻くように位置する通常はくるみ大のもので、精液の一部を作っています。前立腺肥大症による排尿障害は図―2に示すように、肥大による器質的通過障害と、α―受容体という神経の増加で尿道抵抗が増加する機能的通過障害の2つが大きな理由とされています。

症状は、尿勢低下（ひどい場合には尿閉）・頻尿、夜間頻尿、尿意切迫、尿失禁などのむしろ蓄尿障害・肉眼的血尿等々多彩で、同様の諸症状をきたす他疾患の除外診断が不可欠です。その対象となる疾患としては膀胱腫瘍・膀胱結石・膀胱近くにまで下がった下部尿管結石・前立腺癌・前立腺炎・尿道狭窄・神経因性膀胱（膀胱尿道機能障害）等多岐に渡ります。

診断の手順ですが、まず問診で症状の経過を把握します。次いで検尿（顕微鏡で直接尿をみる）を行います。これは非常に重要な検査で、血尿・膿尿・細菌・異常な尿路上皮細胞の有無などをみることにより、前立腺肥大症以外の疾患の存在を推察する手がかりとなります。

前立腺の状態を把握するために直腸診は欠かせません。（図―3参照）また前立腺癌を除外するために血液検査で腫瘍マーカーであるPSA（前立腺特異抗原）を調べます。前立腺肥大症以外の疾患が強く疑われる時にはCTなどの画像診断、膀胱・尿道を観察する内視鏡検査、尿細胞診（尿中の悪性細胞の有無を調べる）などを行います。

問診・尿検査・直腸診等で前立腺肥大症と判断した場合には残尿測定・尿流量測定（図―4参照）などを行い、排尿障害の程度・排尿効率を評価します。しかし前立腺肥大症は良性疾患であり、あくまで自覚症状の改善が治療の第一目的です。従って表―1に示すI―PSS（国際前立腺症状スコア）やQOLスコアなどの自覚症状の程度が治療方針を決める上での重要な根拠となります。

前立腺肥大症に対する薬物療法は飛躍的に進歩しました。手術が必要となる症例は以前と比べ20％以下位にまで減った印象です。

以上、今回は前立腺肥大症の診断についてお話しました。次号ではその治療につき述べる予定です。

【表―1】
●国際前立腺症状スコア（I-PSS 一部改変）

軽　症／0～ 7点 中等症／8～19点 重　症／20～35点	全くない	5回に1回より少ない	2回に1回より少ない	2回に1回くらい	2回に1回より多い	ほとんどいつも
1 排尿後にまだ尿が残っている感じがありましたか？	0点	1点	2点	3点	4点	5点
2 排尿後2時間以内に、もう一度しなくてはならないことがありましたか？	0点	1点	2点	3点	4点	5点
3 排尿後途中に何度も尿がとぎれることがありましたか？	0点	1点	2点	3点	4点	5点
4 排尿をがまんするのが難しいことがありましたか？	0点	1点	2点	3点	4点	5点
5 尿の勢いが弱いことがありましたか？	0点	1点	2点	3点	4点	5点
6 尿をし始めるためにお腹に力を入れることがありましたか？	0点	1点	2点	3点	4点	5点
7 夜、寝てから朝起きるまでに、平均何回くらい尿をするために起きましたか？	0回（点）	1回（点）	2回（点）	3回（点）	4回（点）	5回（点）

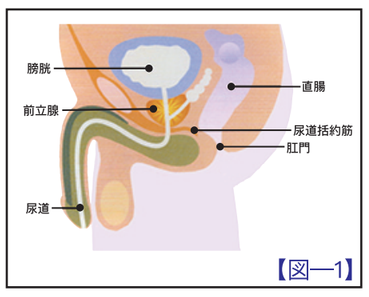
1～7の項目につけた合計点数をご記入ください。＿＿＿点

●排尿障害のQOL

軽症／0・1点　中等症／2～4点　重症／5・6点

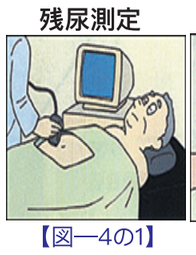
あなたの症状の満足度
今の排尿状態がこのまま続くこととしたらどうおもいますか？

とても満足	満足	ほぼ満足	なんともいえない	やや不満	いやだ	とてもいやだ
0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点

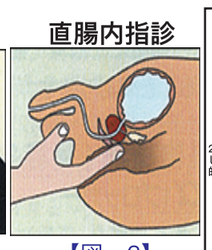


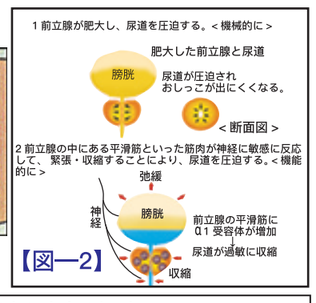
【図―1】

残尿測定

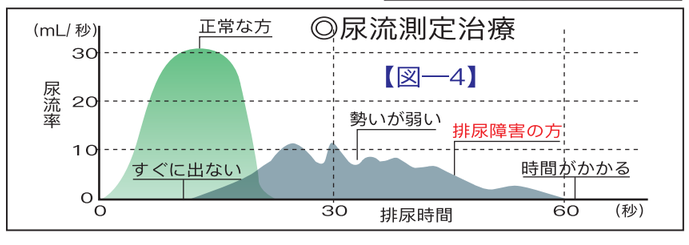

【図―4の1】

直腸内指診


【図―3】



【図―2】



【図―4】

新シリーズ

安住管理栄養士の腎臓病、透析食レシピ

③副菜

このシリーズは安住管理栄養士による腎臓病、透析食レシピを4回にわたり掲載しています。第1回目の新年号では「主食」の「えびと銀杏の混ぜご飯」を掲載しました。第2回目の前号では「主菜」の「鮭のケッカソース仕立て」を掲載しています。今回の夏号では「副菜」を、最終回となる秋号では「デザート」を紹介します。

夏野菜のクリームペンネ～バジル風味

【材料（1人分）】
- ●ペンネ……10g
- ●ズッキーニ……15g
- ●茄子……10g
- ●トマト……10g
- ●オリーブオイル……2g
- ●砂糖……1g
- ●塩……0.2g
- ●こしょう……0.01g
- ●コンソメ……0.2g
- ●クリームシチューの素…2g
- ●牛乳……10g
- ●おろしにんにく…15g
- ●バジル粉……10g

【作り方】
①たっぷりの湯でペンネを茹でる。
②ズッキーニ、茄子は半月に切り、トマトは角切りにする。
③フライパンでオリーブオイルを熱し、トマト、ズッキーニ、茄子を炒め、おろしにんにくを加え、軽く塩、こしょうをする。
④別鍋に、牛乳、クリームシチューの素を加え、なめらかになるまでとろ火にかけ、ペンネを加える。
⑤③の野菜を④に軽く和え、砂糖で味を調える。
⑥⑤を器に盛り付け、上からバジル粉をふる。

X線CT認定技師認定証を取得！

当クリニックの安達竜也技師が合格 伊達では初の認定

一定レベル以上の制度を担保する証し

認定証を抱え合格の喜びをかみ締める安達技師

当クリニックの安達竜也技師は、NPO法人・日本X線CT専門技師認定機構が定める「第7回X線CT認定技師・認定試験」に見事合格、この度、4月1日付けで認定証が同機構より交付されました。

試験は今年2月4日、札幌医科大学を会場に実施されました。受験資格は診療放射線技師の免許を有し、臨床業務経験5年以上、X線CT臨床実務経験3年以上で、X線CT認定技師講習会受講者という極めて厳格な条件が設定されています。

日本のX線CT検査技術が国際的な基準を確保するとともに、標準医療に対応した画像情報の提供、撮影技術の開発・検証・安全の確保などを目的に実施されています。これまで全国で約3,700人の技師が認定されており、安達技師は伊達では初となる認定を受けました。今回の認定は、地域医療の中核を担う当クリニックにとって、大変意義のある認定でもあり、高い技術に担保された安全・安心な医療提供を今後さらに高めていくよう職員一丸となり努めていく所存であります。

安達技師は「学会や勉強会に行く度、CT検査の重要性を認識しました」とし、疾患や治療法などに合わせた最適な撮影プロトコル（手順）を組めるかが「適切な被ばく線量管理に繋がる」と考えました。このことから、自らのスキルアップが結果的に患者様の〝医療被ばく低減〟に貢献できると判断、「今回の受験へとつながりました」と受験の動機を説明します。

今後について安達技師は、CT装置の技術は日々進化し、加速度は増すばかり。進歩に伴う複雑化した技術へ対応して行くため「勉強を惜しまず、現状の検査内容を客観的に見直して行きたい」と気を引き締めます。検査においての最適化と、適切な被ばく低減措置についても「確実な対応ができるよう努めたい」と、患者様への安全・安心な医療提供持続を、第一に考えて行くことを誓っています。

column 待合室 No.46

PMFと天安門事件

●PMF（パシフィック・ミュージック・フェスティバル）は、作曲家で指揮者の巨匠・バーンスタインが若手演奏家の登竜門として提唱した音楽祭で、1990年に札幌でスタートしました。これまで3,400人以上の演奏家を輩出した国際教育音楽祭として定着、今夏も夢を抱いた若者が札幌に集結し、演奏技術の向上に励み夢の実現を目指します●PMFが始まった前年の1989年、中国では民主化運動が活発化していました。同年6月3日には、民主化を求める多数の学生らが北京・天安門広場に集結します。中国指導部はこれを「動乱」と断じ、制圧のため投入された人民解放軍が参集していた学生・市民に対し発砲、多くの死傷者を出しました●この天安門事件がなければ、PMFは北京で開催が予定されていたようです。それがバーンスタインの願いであったようで、突然の悲しい事件発生により、急遽開催地が札幌に変更された経緯がありました。バーンスタインは札幌でのPMFが終わった直後の1990年10月に急逝、何か運命的な繋がりを感じます●そのPMFで最期の指揮をしたバーンスタインを筆者は鑑賞しました。演奏はロンドン交響楽団、プログラムはシベリウスの交響曲第1番でした。1楽章冒頭のクラリネットソロが終わって間もなく、「バタン！」という大音響が、何かと思ったらホルン奏者が突然倒れたようです。舞台上ではバーンスタインが「ドクター」と叫び演奏を中断、休憩を挟み演奏が再開されました●バーンスタインはこの時肺がんに侵されており、既に末期であったようです。最悪であった筈の体調のなか、再開された演奏は素晴らしい名演でした。若手音楽家の教育に情熱的に取り組んだバーンスタイン、「音楽は平和という条件のもとに成り立つ」と叫んでいるような迫力を感じました。あの名演は、北京へのレクイエム（鎮魂歌）であったと強く感じます。環太平洋、しかもアジアでの開催にこだわり、札幌に落ち着いたことには、深い意味があるのだと感じます。毎年7月にPMFは札幌で開催され、バーンスタインの描いた理念が繋がっていきます。そして今年8月25日が、バーンスタインの生誕100年となりますが、その理念が歪められていないか？検証も必要と思います。

新人スタッフ紹介 高田　晶子 透析室看護師

患者様の気持ちに寄り添いたい！

7月から仲間入りした高田看護師は、一度OLとしての社会人を経験してから一念発起、看護師の道へ入った経歴を持ちます。「資格のある職業にあこがれ、看護師を選びました」が主な動機で、祖母の入院を機に看護師の仕事に興味を抱いたことや、姉が看護師であったことも大きく影響したそうです。

透析看護は初めてで、「医療機器の操作など習得することが沢山あり正直大変ですが、一生懸命に頑張ります」と決意、知識をしっかり身につけ「患者様の気持ちに寄り添い、ちょっとした変化にも気付ける看護師に」と目標を掲げています。

趣味は始めて間もないジョギングで、5キロから10キロを走るそうです。ダイエット目的で始めたそうですが「最近雨が多く、あまり走れていない」と反省し、「効果は秘密です」と笑っていました。

新人スタッフ紹介 村瀬　秀一 病棟看護師

安心・安全な看護の提供を目指したい！

看護師経験は11年という村瀬看護師も7月から仲間入り、以前は総合病院で手術室の経験が長かったそうで、「病棟看護に早く慣れるよう頑張りたい」と笑顔を見せます。看護師になったのは「自立したい思いと、人の役に立つ仕事だから」を挙げました。

出身は小樽市で高校卒業まで地元で過ごし、室蘭市の看護学校へ進学、資格を取得しました。高校時代はボート部に所属し、2年生のときには全道優勝、全国大会に出場したそうです。「体力勝負のスポーツで練習はハードでした」と振り返り、現在も「体を動かすのが好き」といいます。趣味は家族で出かけるキャンプ、洞爺湖や苫小牧などへ良く出かけるそうです。今後の目標は専門性の高い職場なので知識を身につけ「安心・安全な看護の提供」と目を輝かせました。

新人スタッフ紹介 保坂茉莉南 透析室看護師

患者様との信頼関係を築きたい！

留萌市出身の保坂看護師。日本海に面し、豊かな海産物と自然に恵まれたマチで育ったせいか「明るく社交的な性格です」と笑う。看護師を目指したのは高校生のとき、祖父の入院を機に感心が高まり決意、室蘭市の看護学校へ進学、資格を取得しました。

透析看護とは縁が深く、看護師になって以来6年の経験があるそうです。「ここは専門医であり、患者数も多く大変です。慣れるまでには時間がかかりそう」と患者様との信頼関係構築を目指し、必死に動き回っています。「透析看護は患者様との繋がりが深く、やりがいがあるので…」と頑張る毎日です。

趣味は買い物や旅行「カニが大好物なので、それ目当ての旅行は最高！温泉も好きです」と楽しそうに笑っていました。

※いぶりぶは個人のプライバシー保護の観点から、顔写真の掲載に当たっては本人の意思を尊重し、掲載を控える場合もあります。

新人スタッフ紹介 高橋　悠斗 病棟看護師

幅広い知識を身につけたい！

室蘭市出身の高橋看護師、病棟看護は処置対応が多く「大変良い経験になり、多くのことを学びたい」と積極的に業務に取り組んでいます。看護師を目指したのは高校生のとき「女性の職場という意識もあり、躊躇するところはありましたが、単純にカッコイイという意識もあり決めました」と看護学校への進学に進路を決定したそうです。

今回の転職を機に伊達市に転居、「気候も良く住みやすいです、体育館のトレーニング室をよく利用しているし、結構馴染んでます」と伊達の生活をエンジョイしている様子。

「看護師として幅広い知識を身につけ、的確な判断ができるように成長したい」と目標を掲げ、「技術面でも向上し、患者様から信頼される看護師に…」と抱負を述べていました。

新人スタッフ紹介 久米　彩 事務部医事課スタッフ

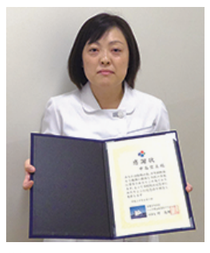
医療事務の資格を年内に取得したい！

東京都出身の久米さんは、父親が転勤族の関係で北海道へ転居し札幌市を皮切りに函館、釧路など道内主要都市はもちろん各地を転々とし、5年ほど前に伊達市へ「高校は伊達緑丘でした、卒業後OL生活をしていましたが医療関係に感心があった」と縁あって当院へ転職、今年5月から医事課スタッフとして頑張っています。

受付や会計など窓口業務を担当、「仕事は大変ですが日々前進に努めたい」と話し、「年内には医療事務の資格取得を…」という目標を掲げています。

「人と接する仕事が好きなんです」と笑い、当院の標榜する「地域密着型の姿勢に引かれた」と言います。「窓口で応対する患者様の気持ちを和らげたい」と日々業務に臨んでいます。

勤続10周年を迎えた職員の感想



10年を振り返って

病棟看護師
中島　望美

勤続10年、振り返るとあっという間の10年でした。

結婚を機にこの病院に勤めさせていただき、入職当初は、経験不足から戸惑いや不安も多く、こんなに長く勤められるとは思ってもいませんでした。

2人の子育てをしながら、10年勤めてこられたのは、周囲の方々の支えがあったからだと改めて感じています。感謝の気持ちを忘れずに、これからも、看護師として成長していけるよう、努力していきたいと思いますので、よろしくお願い致します。

※透析室看護師・高橋カンナさんも勤続10周年です。

医療法人 社団 泌尿器科・血液透析 いぶり腎泌尿器科クリニック
■発行：いぶりぶ発行委員会
■発 行/平成30年7月10日■4月・7月・10月・1月の年4回発行
伊達市梅本町2番地15いぶり腎泌尿器科クリニック内 TEL0142-21-1400 FAX0142-21-1401
※本誌掲載の写真、記事の無断転用は固くお断り致します。
●発行責任者：横井　浩