

はぐくむ

iseikatsu@asahi.com

土曜掲載

おねしょ 治療できます

病氣と知って「ほっと」

幼い頃、少なからぬ人が経験した「おねしょ」。成長につれ自然に治ると放置しがちですが、近年、積極的な治療が有効なことが分かっています。また、専門医からは、悩む親子たちに早めの受診を呼びかけています。

「おねしょはれっきとした病氣。本人のせいでもしつけの問題でもなく、治せると言われ、親子で本当にほっとした」

3年前、武蔵村山病院(東京都武蔵村山市)小児科にある夜尿症の外来を受診した、都内のパート女性(43)は当時の安堵感をこう振り返る。

当時小学3年だった長男は週に3、4回、布団までぬらすおねしょがあった。おむつを卒業済みの四つ下の妹に悟られないよう、寝具の洗濯をするのが女性の日課。カリカリしないような長男の顔や宿泊を伴う高学年の校外学習が気になり始めていた。

そんなとき、かかりつけ病院で「おねしょ、治療できます」の貼り紙を見つけた。専門外来の主治医は、日本夜尿症学会の理事長で、順天堂大練馬病院小児科先任准教授の大友義之医師。まず、夕食後の水分制限などの「行動療法」で生活習慣を見直し、服薬などの治療を開始。6年生になった今年6月、「完治」

を告げられた。

栃木県内の会社員男性(41)は小4の長男の治療で、自治医大とちぎ子ども医療センター(栃木県下野市)に通って1年になる。夜間に加え昼

寝る前の水分控え ■ 服薬も効果

日本夜尿症学会は、おねしょの研究が進んで安全な初期治療の流れが確立されたとして、この夏に診療ガイドラインを12年ぶりに改定した。もともと2歳で年ふりに改定しても非尿のメカニズムが未熟でおねしょをする。成長につれ減るが、小学生でも10人に1人いる。新ガイドラインでは、5歳以上で月1回以上のおねしょが3カ月以上続いているケースを「夜尿症」と定義し、治療の検討を勧めている。

大きく分けておねしょが続く原因は大きく二つ。①夜間に出るおねしょの量を減らすホルモンが十分でない(②膀胱の容量がまだ小さい)ことが考えられており、①の場合は

間のお漏らしが毎日あったが、生活改善やホルモン薬の服用などで現在は週半分のみに。 「病氣のメカニズムや治るまでの道筋が分かり、もやもやが晴れた」と話す。

●毎日、お弁当を作って会社に行くママ。それを見て「ママはていよくママ。それを見て「ママはもていよく満足に行ってるの？」。(東京都国分寺市 菅又帆高・4)

ホルモンの役割を補う薬の服用などの薬物療法、②ならアラーム療法を勧める。パンツにセンサーを付け、おねしょを感知するとアラームが鳴り、徐々ににおしっこを我慢できるようになる訓練だ。

また、これらに先立ち、「夕食は寝る2時間前に済ませ、その後はコップ1杯程度の水分に抑える」「寝る前に必ずトイレに行く」といった生活習慣の改善が最も大切だと指摘する。これだけで2〜3割が治り、治療と併せると、3年後には約8割の子どものみが治るとのデータもあるという。

小中学生の推定患者は78万人に對し、治療を受けているのは約4万人。大友医師は、親に迷惑をかけているとの思いや学校行事のプレッシャーで深く悩む子どもも多いとした上で、「もちろん「自然に治る」というのも真実だが、早く治せるのに治さないことで子どもたちの自尊心が大きく傷つけられている。おねしょは恥ずかしいことではなく、病氣として治す時代だと知ってもらえたい」と話す。

「おねしょ」と「夜尿症」の違いは?

5歳

おねしょ

夜尿症

5歳以上で、月1回以上の夜尿が3カ月以上続く



「夜尿症診療ガイドライン」より

■お役立つサイト

「おねしょ卒業!プロジェクト委員会」ウェブサイト(<http://onesho.com/>)

治療の流れや最寄りの医療機関などの情報が得られる