

# 女性は特に気をつけて 膀胱炎などの泌尿器疾患

かねとう腎泌尿器科クリニック 金藤 博行 院長

## 女性に特有の泌尿器の病気

女性は泌尿器科には縁が薄いと思  
っている人も多いのでは？尿失禁な  
ど婦人科でも治療はできるが、やは  
り泌尿器科専門医のいるクリニック  
の方が安心といえる。どんな病気が  
あるかみてみよう。

**膀胱炎**——排尿時に痛みがあった  
り、頻繁にトイレに行きたくなつた  
り、残尿感があったら膀胱炎と思っ  
ていい。尿検査ですぐに診断出来、ほ  
んどは抗生物質の服用で簡単に治  
る。繰り返すようであれば、排尿障害、  
結石、腫瘍が原因の場合もあるので、  
受診しよう。

**腎盂腎炎(じんうえん)**——膀胱炎  
の症状にプラスして腰痛と発熱があ  
つたら特に注意が必要だ。腎臓まで  
感染が進んでいるかも知れない。早  
く治療を受けないと悪化するので早  
く専門医に治療を受けること。

**尿失禁**——笑ったり、くしゃみや  
咳をした時に尿が漏れることがあつ  
て悩んでいる人は多い。これは膀胱

を支える筋肉が弱くなってきたため  
だ。程度が重いと手術が必要なこと  
もあるが、軽い場合はリハビリ(骨盤  
底筋体操)で治るので、年だから仕方  
がないなどと諦めないことが大事だ。

**血尿**——健診などで尿潜血陽性と  
か血尿と言われたら不安を感じるも  
の。検査を受けて病気のためかどう  
か確認することだ。特に治療は必要  
なく経過観察で済む場合が多い。た  
だし一度でも赤い尿が出たら尿路結  
石や腫瘍が原因の場合もあるので、  
必ず泌尿器科に行くこと。

女性に非常に多い冷え症は、ホル  
モンバランスの乱れや貧血などで血  
行が悪くなるために起り、体が冷え  
ると抵抗力も弱まって、膀胱炎など  
泌尿器の病気にもかかりやすくなる。  
漢方薬も効果的だが食事や運動に気  
を配り、体を冷やさないようにした  
いものだ。

## 予防・症状改善に クランベリーがいい

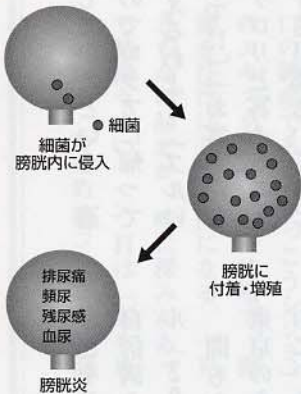
膀胱炎など泌尿器の感染症は、体

内にいる大腸菌などの細菌が、体の  
抵抗力が落ちた時に尿路の壁に付着  
し、急激に繁殖して起こるもの。バラ  
ンスのとれた食事、休養、適度な運動  
ストレスをためない生活をするこ  
とが予防策になる。

もう一つ、頼りになるのが、アメリ  
カの果物クランベリーだ。キッコー  
マンの中嶋康彦さんと金藤博行先生  
の共同研究でその作用が明らかにな  
ってきた(中嶋康彦著「クランベリー」  
保健同人社)。クランベリーに含まれ  
るキナ酸という成分が体内で変化し  
て尿を酸性にし、菌が増殖しにくい  
環境を作るのである。またポリフェ  
ノール類も含まれており、これが、尿  
路への菌の付着を妨げる働きをする。

クランベリーはジュース、ゼリー  
として商品化されていて、かねとう  
腎泌尿器科クリニックで試供品を無  
料で提供している。酸味がきいた味  
だ。ぜひお試しを。

女性の体はデリケート、特有の病  
気には予防が一番だが、もしなつて  
しまったら、泌尿器科の専門医に行  
って早めに対処しよう。



## クランベリーURシリーズ

クランベリーの高濃度果汁を含んでいます。

キナ酸・ポリフェノールが豊富です。

カロリー控えめで、飲みやすく調整しました。

<ご購入・お問い合わせ先>

日清サイエンス株式会社 健医食部 治療食品課

〒221-0036 横浜市神奈川区千若町1-3 TEL 045-453-1260 FAX 045-453-0658

