

# 前立腺肥大症

～トイレのトラブル 正しい治療で快適な生活を～

【共同監修】医薬情報研究所／株式会社エス・アイ・シー

公園前薬局(東京都)薬剤師 堀 美智子 先生、堀 正隆 先生



# トイレで困っている症状はありますか？

## 尿がスムーズに出ない

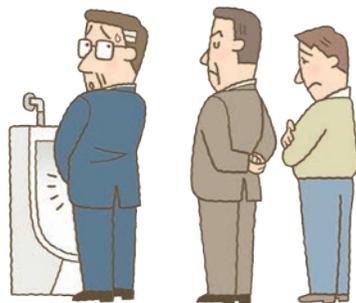
- 尿の勢いが弱い



- お腹に力を入れないと尿が出ない



- 尿が出にくく時間がかかる



## 尿がためられなくなる

- トイレが近い



- 突然、我慢できない尿意をもよおす



- 就寝中、何度もトイレに行ってしまう



## 排尿後の不快感

- 排尿後も尿が残った感じがする



## 前立腺肥大症に伴う排尿障害かもしれません



中高年になると尿に関するトラブルに悩む人が増えてきます。男性の場合、これらの症状がみられると前立腺肥大症に伴う排尿障害の可能性があります。前立腺肥大症は命にかかわる病気ではありませんが、QOL（生活の質）を低下させる原因となります。「歳だから仕方がない」、「病院に行くのは恥ずかしい」といった理由で医療機関への受診を先延ばしにせず、気になる症状があれば医師に相談しましょう。

# 前立腺肥大症とは？

## 前立腺とは？

前立腺は男性だけにある臓器で、大きさは成人でクルミ大ほどです。膀胱の出口にあり、尿道を取り囲むようにして存在します。

## 前立腺肥大症とは？

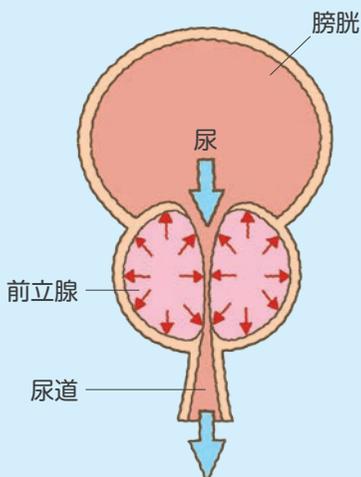
前立腺が肥大し、尿道が圧迫されることで尿が出にくいなどの排尿障害を起こす病気です。

原因ははっきりと分かっていませんが、加齢に伴うホルモンバランスの変化が影響を与えていると考えられています。

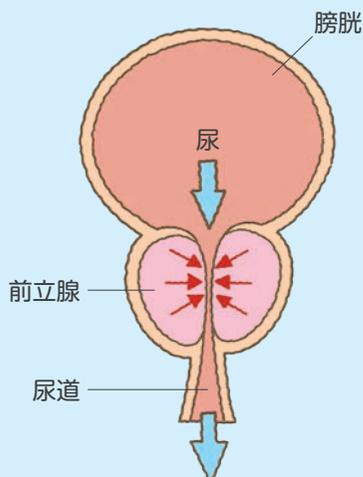
前立腺の大きさと症状の程度、発現時期には個人差があり、前立腺が肥大した場合でも症状が現れないこともあります。

### 尿の出が悪くなる2つの原因

- ① 肥大した前立腺が内側にある尿道を圧迫する



- ② 前立腺が自律神経の作用で収縮して、尿道を圧迫する



# 前立腺肥大症とは？

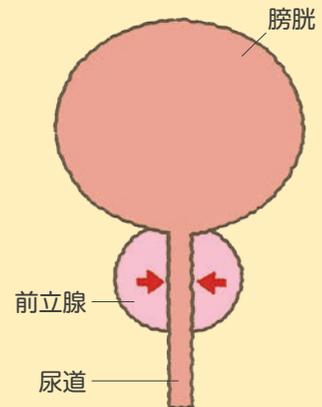
## 〈前立腺肥大症の症状の進行〉

### 第1病期 (膀胱刺激期)

#### 初期の症状は…

- 夜間にトイレに行く回数が増える
- 尿がスムーズに出ない
- 排尿後に不快感がある

前立腺が肥大し始めると膀胱や尿道が刺激され、スムーズな排尿が難しくなってきます。

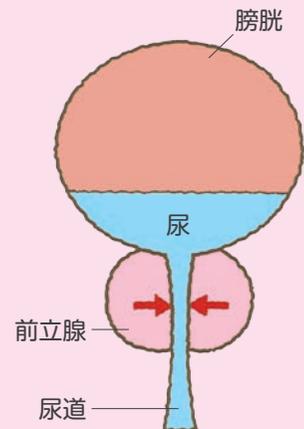


### 第2病期 (残尿発生期)

#### 進行すると…

- 排尿後もすっきりしない
- 排尿に時間がかかる
- お腹に力を入れないと出ない
- 昼夜を問わずトイレに行く回数が増える
- 急に尿意を感じる
- 急に尿意を感じ、我慢できずに失禁してしまう

さらに前立腺が肥大すると、尿道が狭くなって排出されない尿が膀胱に残ってきます。



### 第3病期 (慢性尿閉期)

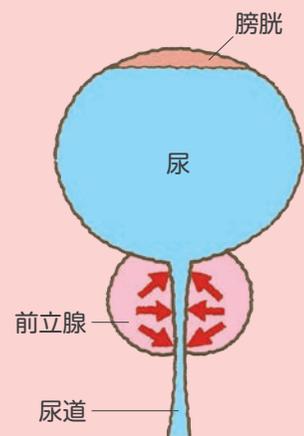
#### さらに進行すると…

- 尿が出なくなる
- 自分で尿を出すのが難しくなり、尿が絶えず少量ずつ漏れてしまう

#### 重症化すると…

- 腎臓からの尿の流れも悪くなり、口渇や頭痛を覚える
- 腎機能が低下し、腎不全になる場合がある

残尿量がさらに増加し、膀胱が拡張し、ついには膀胱が収縮力を失ってしまいます。



# 診断と検査

問診や各検査を行い、結果をもとに医師が診断します。  
また、排尿障害をきたす他の病気や前立腺がんとの鑑別を行います。

## ●問診

症状の程度や経過、病歴などを問診します。  
排尿症状の程度は、国際前立腺症状スコア (I-PSS) と QOL スコア  
という質問票 (9 ページ) が用いられます。



## ●身体所見

直腸診により、前立腺の大きさ、硬さ、表面の状態を調べます。

## ●尿検査

尿路感染症や血尿などがいないかを調べます。

## ●血液検査 (血清 PSA 検査)

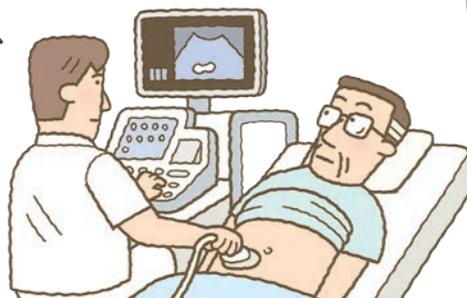
腎臓の働きや、前立腺がんの有無を調べます。

## ●尿流検査

センサー付きの便器に排尿することで、尿流量が  
数値とグラフになり、排尿の勢いや排尿量・排尿  
時間を確認できます。

## ●超音波検査

前立腺や膀胱の状態、  
残尿量を測定します。



# 診断と検査

## 前立腺肥大症と前立腺がんの違いは？

前立腺肥大症は良性の腫瘍であるのに対し、前立腺がんは悪性腫瘍で、生命に大きな影響を及ぼします。発症年齢も同じくらいですが関係性はなく、前立腺肥大症が進行して前立腺がんになることはありません。しかし、併発することもあるため検査で調べる必要があります。

## 前立腺肥大症以外に排尿障害をきたす病気は？

- 排尿を促す自律神経の障害によって起こる**神経因性膀胱**
- 膀胱内や尿道に細菌が侵入して炎症を起こす**膀胱炎・尿道炎**
- 泌尿器の各部に結石ができる**膀胱結石・尿路結石・尿道結石**
- 女性特有の病気では**子宮筋腫** などがあります。



# 前立腺肥大症と診断されたら・・・



前立腺肥大症の治療目標は、排尿障害の改善によるQOL（生活の質）の向上です。

前立腺肥大症があっても軽度であれば、保存療法といい、特に積極的な治療を行わず、しばらく様子を見る場合もあります。

患者さんの症状や年齢、生活習慣に応じて最も適した治療が選択されます。

## 薬物療法

患者さんの前立腺の大きさや症状に合わせて、医師が処方します。

### 〈主な治療薬〉

- $\alpha_1$  遮断薬、PDE (ホスホジエステラーゼ) 5 阻害薬  
前立腺と尿道の筋肉の緊張をゆるめて、尿を出しやすくします。
- $5\alpha$ 還元酵素阻害薬  
男性ホルモンの作用を部分的にブロックすることにより、肥大した前立腺を縮小させ、尿を出しやすくします。

### 〈その他の治療薬〉

- 抗アンドロゲン薬
- 漢方薬                      など

※患者さんの状態にあわせて、いくつかの薬剤が組み合わされて処方されることもあります。



# 前立腺肥大症と診断されたら・・・

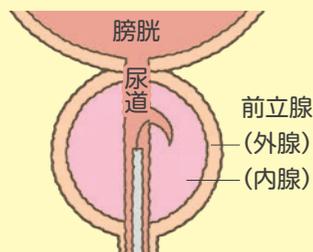
## 外科治療

①薬物治療で効果がみられない場合、②症状が重い場合、③尿閉・尿路感染症・血尿・膀胱結石などの合併症がある場合に手術療法が考慮されます。

### 〈主な手術法〉

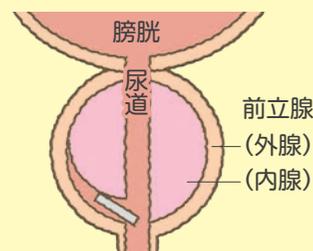
#### ●TURP：経尿道的前立腺切除術

尿道から内視鏡を通し、電気メスで前立腺の組織を少しずつ削り取る方法です。現在、最も一般的に行われている手術法です。



#### ●HoLEP：ホルミウムレーザー前立腺核出術

尿道から内視鏡を通し、その先端からレーザーを照射して前立腺の組織を焼き切る方法です。



### 〈その他の手術療法〉

#### ●PUL：経尿道的前立腺吊り上げ術<sup>1)</sup>

2022年に保険適用となった手術法です。前立腺の中に小型のインプラントを埋め込み、肥大した前立腺を吊り上げて尿道を広げます。TURPやHoLEPなど従来手術療法が困難な場合に推奨されます。

### 〈その他の治療法〉

#### ●高温度治療    ●尿道ステント留置術    など

# 日常生活で気を付けたいこと

前立腺肥大症は、生活習慣や食事の改善、運動により症状の悪化を防ぐことができます。

尿を我慢しないように  
しましょう



便秘にならないように  
しましょう



適度な運動を心がけましょう



水分を全くとらないのも  
よくありません  
適度に水分をとりましょう



過度のアルコール・コーヒー  
は控えましょう(特に夕食後)



刺激の強い食事は  
控えましょう



長時間同じ姿勢でいることは  
避けましょう



体(下半身)を冷やさない  
ようにしましょう



風邪薬など排尿に影響を  
与えるお薬もあります  
お薬を飲むときは医師や  
薬剤師に相談しましょう



# 症状を詳しくチェックしてみよう

## 国際前立腺症状スコア (IPSS)

| どれくらいの割合で次のような症状がありましたか                     | 全くない      | 5回に1回の割合より少ない | 2回に1回の割合より少ない | 2回に1回の割合くらい | 2回に1回の割合より多い | ほとんどいつも     |
|---|-----------|---------------|---------------|-------------|--------------|-------------|
| この1か月の間に、尿をしたあとにまだ尿が残っている感じがありましたか          | 0         | 1             | 2             | 3           | 4            | 5           |
| この1か月の間に、尿をしてから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         | 1             | 2             | 3           | 4            | 5           |
| この1か月の間に、尿をしている途中に尿が何度も途切れることがありましたか        | 0         | 1             | 2             | 3           | 4            | 5           |
| この1か月の間に、尿を我慢するのが難しいことがありましたか               | 0         | 1             | 2             | 3           | 4            | 5           |
| この1か月の間に、尿の勢いが弱いことがありましたか                   | 0         | 1             | 2             | 3           | 4            | 5           |
| この1か月の間に、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         | 1             | 2             | 3           | 4            | 5           |
| この1か月の間に、夜寝てから朝起きるまでに、ふつう何回尿をするために起きましたか    | (0回)<br>0 | (1回)<br>1     | (2回)<br>2     | (3回)<br>3   | (4回)<br>4    | (5回以上)<br>5 |

IPSS 重症度：軽症 (0～7点) 中等症 (8～19点) 重症 (20～35点)

**IPSS** 合計 点

## QOL スコア

|                                 | 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 |
|---------------------------------|-------|----|------|----------|------|-----|--------|
| 現在の尿の状態がこのまま変わらずに続くとしたら、どう思いますか | 0     | 1  | 2    | 3        | 4    | 5   | 6      |

QOL 重症度：軽症 (0・1点) 中等症 (2・3・4点) 重症 (5・6点)

**QOL** 合計 点

日本泌尿器科学会 編：男性下部尿路症状・前立腺肥大症診療ガイドライン。p84, 表7, リッチヒルメディカル, 東京, 2017. ©日本泌尿器科学会より



この質問票だけで前立腺肥大症を診断できるわけではありません。気になる症状がある場合は合計点の重症度にかかわらず医師に相談しましょう。



ニプロ一般向け情報サイト

お薬と病気のなるほどライブラリ  
「前立腺肥大症について」はこちら ▶▶



医療機関・薬局名