

子どもの夜尿症

子どもの夜尿症は、「5歳以上で1か月に1回以上あり、夜間睡眠中に3か月以上つづくもの」とされています。夜尿は、年に15%程度が自然に治りますが、7歳児でも約10%に夜尿があり、就学前後をめぐり早めに治療すれば早く治り、治癒率が2〜3倍高くなります。また夜尿のある子はいない子より自尊心が低く、夜尿が改善した例では自尊心の回復が見られています。原因は、睡眠中、膀胱が一杯になっても尿意で目をさましにくい特性に加え、膀胱の大きさが小さい、少し尿がたまるだけで膀胱が勝手に収縮する、夜中に作られる尿量が多いことなどが加わり、症状が出現します。治療は寝る前の水分を制限、寝る前にしっかり排尿、夜更かしせず朝型の睡眠リズムを心がけます。それでも症状が続く場合は、夜中の尿の産生を抑えて尿を濃縮させる抗利尿ホルモン剤の内服や、夜尿アラーム療法を実施します。アラーム療法は漏らした直後に、瞬時にブザーがなり、膀胱が収縮するのを押さえ、膀胱内に尿を保てるようにする治療です。まれに毎晩夜尿が続く重症例や昼間のお漏らしや便失禁などを伴う場合、泌尿器科的疾患や脊髄などの神経疾患が存在することもあるので注意が必要です。

令和7年6月

小児科医会 竹中 義人