

深夜に突然、 腰背部に 耐えがたい激痛！ 尿路結石とは？

Q 尿路結石は激痛とききますが、どんな病気ですか？

A 尿は腎臓で作られ、尿管を通過して膀胱へためられ、その後尿道より排尿されます。尿路結石とは、この尿の通り道にできた結石の総称ですが、激痛の原因として問題となるのは腎臓結石と尿管結石です。尿路結石のほとんどはシュウ酸カルシウム結石で、尿の中に排泄されたカルシウムとシュウ酸が増えすぎて、それが腎臓内で結合、結晶化して結石に成長します。結石が腎臓内にあるうちは通常痛み

はありませんが、尿管に下降すると尿管を閉塞し、腎臓内の圧が上昇して激痛をきたします。これが尿管結石の痛痛発作と呼ばれる疼痛です。

Q どういう人が尿路結石になりやすいの？

A 男性は女性の約2倍の罹患率ですが、近年では女性にも尿路結石は増えてきています。親や兄弟に尿路結石の方がいる場合も結石になりやすいと言われています。はっきりとした原因は不明ですが、肉類や糖質の過剰摂取、カルシウム不足、過度の

飲酒などが誘因と考えられています。このため、糖尿病や高脂血症、高血圧、痛風の人に尿路結石が多くみられます。

Q 尿路結石にならないようにするには、どうすれば良いの？

A 十分な飲水と食生活の改善が尿路結石の予防に有効です。水分は1日2ℓ以上の摂取が推奨されています。食事は前述の通り生活習慣病を有する人に結石が多いことからわかる通り、まずはメタボリックシンドロームにならないような食生活が重

要です。さらに、結石は夜作られるとも言われており、夜遅くに夕食を摂る人は結石になりやすいとされています。深夜、焼き鳥にビール：といった食生活は、尿路結石にとっては最悪です。夜遅くならないような規則正しい食事習慣は結石予防にとって大切です。

その他、ほうれん草などに多く含まれるシュウ酸の過剰摂取は、シュウ酸カルシウム結石の原因になるので良くないとされています。となるとカルシウム摂取も良くない印象を持つかもしれませんが、カルシウムはシュウ酸の吸収を抑制するため、摂取した方が予防になるとされています。カルシウム結石と聞くと、カルシウムを制限した方が良いかと考えがちですが、カルシウム制限はかえって尿路結石ができやすくなりますので、ご注意ください。

Q 尿路結石症にはどんな治療を行うの？

A 5mm以下の結石は自然に排出されることが多いですが、10mmを超えるような結石は自然に

排出することは無く、通常手術を考慮します。5mm〜10mmの結石は自然に排出する場合もありますが、排石しないことも多く、症状や合併症に応じて手術を考慮します。

Q 尿路結石にはどのような手術を行うの？

(1) 体外衝撃波結石破碎術(ESWL)・・・レントゲンで結石を見ながら、体外より衝撃波を当てて結石を砕く方法です。特別な麻酔は必要とせず、比較的簡便な方法ですが、硬い結石は破碎されない場合もあります。また、破碎のみの方法であり破砕片は自然排石を待たなくてはなりません。

(2) 経尿道的尿路結石破碎摘除術(TUL)・・・尿道より内視鏡を挿入して結石へ到達し、直接見ながらレーザーやピンハンマー等の碎石装置を用いて結石を破碎します。破碎された結石は可能な限り摘出することができます。

(3) 経皮的腎結石破碎摘除術(PNL)・・・直接背中より腎臓に穴

をあけて結石を破碎、摘出する方法です。TULより大きな内視鏡を使用することができると、大きな腎結石に対して有効な手術です。

内視鏡の進歩によりこの数年で結石の治療は大きく変化しています。結石の治療でお困りの際は専門医へご相談ください。

今月の先生



岐阜市民病院 泌尿器科
清家健作 先生

- 専門分野
泌尿器科一般、尿路結石
- 役職
泌尿器科医長
- 主な資格、認定
日本泌尿器科学会専門医
がん治療認定医
泌尿器腹腔鏡技術認定医
- 卒業年、主な職歴
平成14年卒
中濃厚生病院
トヨタ記念病院
岐阜大学医学部附属病院