

## 女性の悩み、骨盤臓器脱を知っていますか？

女性の方で「股に何かが挟まっている感じがする」、「股に何かが触れる」といった症状を認める方はいませんか。それ、骨盤臓器脱かもしれません。骨盤臓器脱とは子宮、膀胱、直腸などの骨盤内にある臓器が下がり、膣から体外に出てくる女性特有の病気です。妊娠や出産、加齢などにより骨盤の筋肉が弱くなったり、便秘や肥満などで慢性的に腹圧がかかることが原因となります。出てくる臓器は膀胱、直腸、子宮の順に頻度が高く（図1）、長時間の運動後や、排尿、排便、咳などお腹に力がかかる時に症状を認めやすくなる傾向があります。

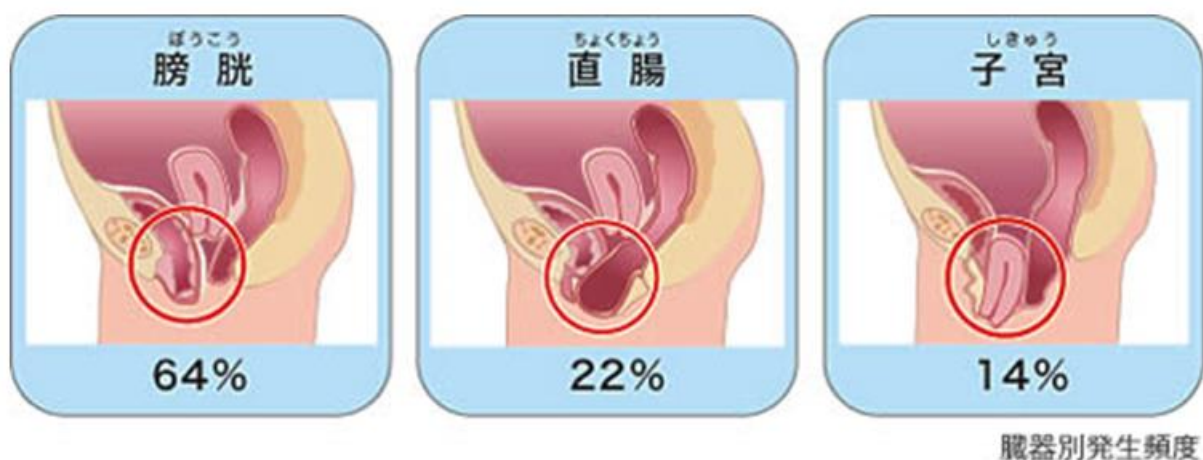


図1

単に骨盤臓器が脱出するだけではなく、それにより尿失禁などの排尿障害や、便失禁などの排便障害を伴うことがあります。結果として運動や外出を控えることで日常生活を楽しめなくなったり、筋力、体力が落ちてしまったり、生活の質を著しく損なう可能性のある病気です。潜在的には日本人女性の数百万人に認めるといわれていますが、この病気はまだあまり広く認識はされておらずどこに相談してよいのか分からなかったり、羞恥心もあるため受診を控える方が多いことが大きな問題点です。

骨盤臓器脱は自然に治ることはありません。そのため次に紹介するような治療を行います。

### 1) 骨盤底筋群体操

呼吸を合わせながら尿道や膣、肛門に力を入れることで少しずつ骨盤の筋肉が強化する治療です。ただ骨盤臓器脱に対してはあくまで症状を緩和する方法で、これにより完全に症状が治まることは難しいです。

### 2) 膣内装具

ペッサリーという丸い装具を膣内に入れて脱出を防ぎます。病院で数ヵ月ごとに交換するのが一

一般的ですが、自分で脱着することも可能です。ただ根本的な解決方法ではなく徐々に病状が進むと抑えられなくなったり、炎症により痛みや出血の原因になることもあります。

### 3) 手術（仙骨膣固定術）

骨盤臓器脱は膀胱や直腸、子宮が膣から脱出する病気です。この手術は膣と膀胱の間、膣と直腸の間を剥離し、膣をメッシュで固定することで補強、仙骨と呼ばれる背骨の筋膜にメッシュを引き上げて固定し、臓器の脱出を防ぐ方法です（図2）。手術は腹腔鏡と呼ばれる内視鏡下で行うため、5～15mm程度の小さな傷を4か所開けるだけの負担の少ない治療です。全身麻酔で4時間程度を要しますが、翌日から飲食歩行が可能で、入院期間もおおよそ5～6日です。糖尿病のコントロールの悪い方、緑内障のある方、腹部手術歴のある方などは適応が難しいこともあります。

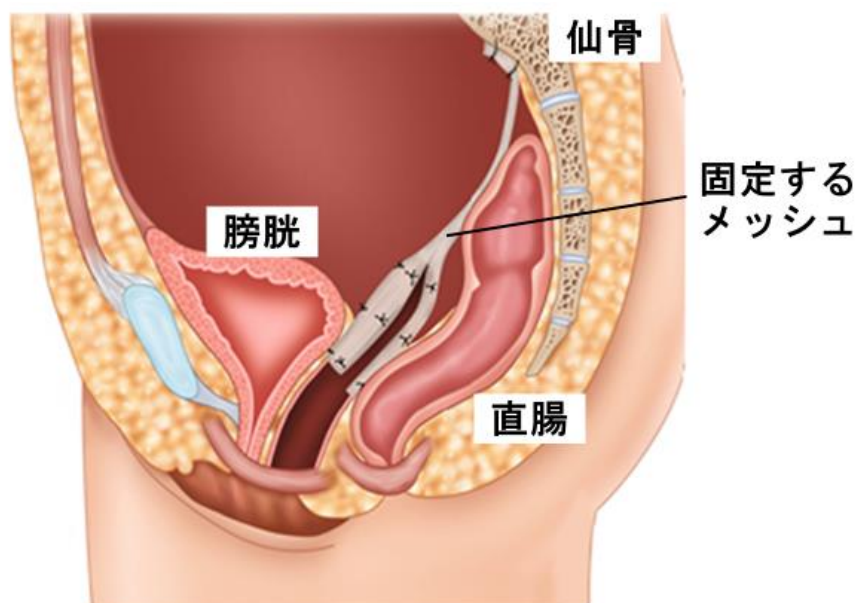


図2

治療は負担の少ないものから始めるため、最初は1) 2) で行いますが、満足な改善が得られない場合は3) の手術治療をお勧めします。お悩みの方は是非泌尿器科、婦人科受診し、先ずは相談することから始めましょう。

【泌尿器科診療部長 上井 崇智】

