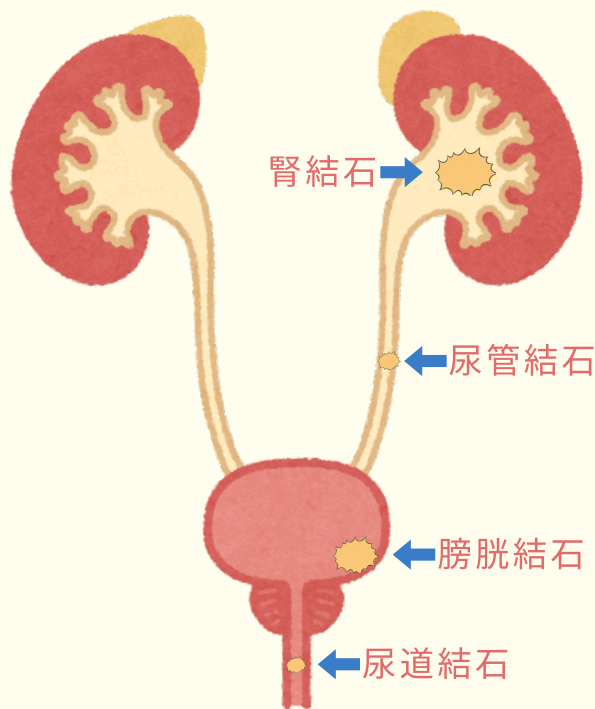


尿路結石とは

尿路結石とは、腎臓で作られた尿が通る道（腎盂、尿管、尿道、膀胱）に結晶が集まって石ができる病気です。

結晶が腎臓にある間は症状が出にくいですが、尿管に移動すると腰やわき腹、下腹部にかけて強い痛みや吐き気、血尿などの症状が現れます。その痛みは「痛みの王様 (King of Pain)」と称されるほど、非常に強いものです。

結石の多くはカルシウムとシュウ酸などが結びついたもので、肥満、高血圧、糖尿病や水分不足などと関係が深く男性の7人に1人、女性の15人に一人が生涯に1度かかるといわれています。



主な対策法



十分な水分補強

食事とは別に1日 2 Lほど水を飲むと予防になります。



シュウ酸の過剰摂取を控える

ほうれん草や煎茶、コーヒーなどに多く含まれています。



適度なカルシウムの摂取

1日あたり約600～800mgのカルシウムを摂取が理想です。



主な治療法

結石の大きさと位置によって治療法が異なるため、医師と相談のうえで決めていきます。

どの方法にもメリット・デメリットがあるため、よく理解して納得のいく治療を選ぶことが大切です。

治療法	治療内容	特徴	主なリスク・副作用
自然排石の促進	尿と一緒に結石を出す治療法。 痛みが強い場合は薬によって緩和する治療を同時に行う。	尿路結石が極めて小規模である場合に治療が可能。	結石の大きさが経4mm以下で約50%の排石率である。
体外衝撃波尿路結石碎石術 (ESWL)	体の外から衝撃波を当て、結石を碎石する治療法。	比較的負担が少なく、在院日数が短い治療が可能。	結石が固くて碎石できない場合は再度通院いただく場合がある。
経尿道的尿路結石碎石術 (TUL)	尿道から細い内視鏡を入れて、尿道または腎臓の結石をレーザーや空気衝撃波などで碎石する治療法。	治療の有効性や安全性が比較的に高い。	手術後に尿管ステントを2週間ほど留置する場合があり、抜去まで排尿時に痛みなどの症状が出る場合がある。
経皮的尿路結石碎石術 (PNL)	背中に小さな穴を開けて、その穴から内視鏡を挿入し、腎臓の結石を碎石及び除去する治療法。	比較的に大規模な腎結晶に対して行われることが多い手術である。	腎臓を直接穿刺するため、手術後の出血や一時的な血尿などが起こる可能性がある。

