

尿路結石症について

監修：金沢医科大学 泌尿器科学
主任教授 宮澤 克人 先生

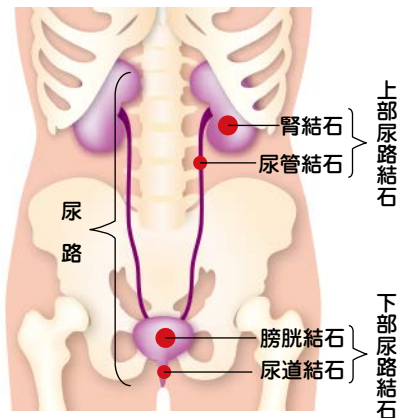


尿路結石症は腎臓でできた結石が尿路につまって、尿の流れが悪くなる病気です。

泌尿器科で最も頻度の高い病気の一つで、とくに40～60歳代の男性に多くみられます。典型的な症状は激しい疼痛と血尿です。

再発しやすい病気ですから、治療後も水分補給を欠かさずに、バランスよい食事と規則正しい食生活を続けることが大切です。

尿路結石症とは？



尿路結石症は、腎臓でできた結石が尿路（上図参照）のどこかにつまって、尿の流れが悪くなる病気です。結石ができた場所によって、腎結石、尿管結石、膀胱結石、尿道結石に分けられます。

特徴的な症状は？



◆腎結石

- 腰部、側腹部の疼痛
- 血尿
- 尿路感染
- 無症状のこともある

◆尿管結石

- せんつう疝痛発作
背中からわき腹にかけて刺すような激痛
夜間や早朝に起きることが多く、3～4時間続く
吐き気・嘔吐、冷や汗などを伴うこともある
- 血尿

◆膀胱結石、尿道結石

- 排尿時痛、頻尿、残尿感
- 排尿困難
- 血尿

再発を予防するために



1日2L以上の
水分補給



バランス良く、規則正しい食生活を

野菜・果物を
たっぷりとりましょう



寝る前の
食事は禁物



プリン体を多く
含む食品はひかえめに



塩分、糖分はひかえめに



アルコールは
ひかえめに





定期的に
検診を

適度にカルシウム*を
とりましょう

1E600~800mg



シュウ酸*を
過剰にとらない



ほうレンソウ、
タケノコ、
チョコレート、
紅茶 など

*カルシウムやシュウ酸は結石の成分の一つです。シュウ酸はとりすぎると結石ができやすくなりますが、カルシウムは逆に結石ができるのを予防する効果があります。

なぜなら、カルシウムは食物から摂取されたシュウ酸と腸管内で結合して糞便中に排泄させ、尿中のシュウ酸濃度を下げるからです。特にシュウ酸カルシウム結石の患者さんの場合には効果的です。

治療法は？



治療は、まず痛みをとり、保存的治療または外科的治療により結石を排出させます。

❖ 痛みの除去

- 非ステロイド性抗炎症薬（坐薬）〈アスピリン喘息の人や妊婦さん等には禁忌〉
- 非麻薬性鎮痛薬
- 鎮痛鎮痙剤

❖ 保存的治療

長径10mm未満の結石は、自然排石する可能性が高いので、水分を多量に摂取して、1ヵ月程度経過観察します。薬物療法を行う場合もあります。

❖ 外科的治療

- 体外衝撃波結石破碎術（ESWL）
身体の外から結石に衝撃波をあて、粉々に砕く治療法です。最も身体に負担が少ない外科療法で、無麻酔、外来治療が可能です。
- 経尿道的結石碎石術（TUL）
内視鏡を尿道から挿入し、モニターを見ながら結石を砕き、取り出す手術法です。細い内視鏡やレーザー破碎機の開発により、最近普及している手術法です。