



「いつもの生活」を取り戻すために ～泌尿器科の低侵襲治療とリハビリ最前線～

泌尿器科 佐伯 佳央里

泌尿器科の病気は、排尿や骨盤まわりの不調が続くことで、日常生活の快適さに大きな影響を与えます。近年はロボット手術や内視鏡治療、さらには骨盤底筋のリハビリまで、より身体に負担の少ないアプローチが進んでいます。当院では、患者さんが「いつもの生活」を取り戻せるように、幅広い選択肢を用意しております。年齢のせいで、治療できないと諦めてしまっていないですか。本号では、当院で力を入れている3つの治療についてご紹介します。

ロボット支援下仙骨脛固定術 (RSC) 骨盤臓器脱への確かな治療

加齢や出産、筋力低下をきっかけに、膀胱や子宮などが下がり、脛から突出する『骨盤臓器脱』。違和感や頻尿、排尿困難、便秘など、生活に不安を抱える方が多い疾患です。

当院では、ロボット支援手術を導入し、細やかな操作が可能なロボットアームを活用して、狭い骨盤内でも精密な縫合を行っています。従来の経脛手術と比較し、①術後の痛みが少ない ②回復が早い ③再発率が少ない ことが利点です。「生活がとても楽になった」「悩みがすっかりなくなった」など生活の質を高めることが期待できます。



ダヴィンチによる手術の様子

前立腺肥大症

切除しない低侵襲治療 (PUL・WAVE)

中高年に多くみられる前立腺肥大症は、尿勢低下、夜間頻尿、など、生活の負担が大きい疾患です。薬物治療で改善が乏しい場合は、当院ではHoLEP(経尿道的前立腺核出術)というレーザーを用いた出血の少ない前立腺手術が可能です。

また、**高齢で手術困難と考えられ、自己導尿や尿道カテーテル留置を行っている方に対しても、身体への負担を抑えた治療を選択いただけます。**

PUL(前立腺尿道吊り上げ術)は前立腺を切除せず、インプラントで尿道を広げる治療です。手術時間は短時間で行うことができ、身体への負担も少なく、術後早期にカテーテルフリーを目指せます。前立腺の中葉が突出している方にはWAVE(経尿道的前立腺水蒸気治療)が適応となる場合があります。水蒸気を用いて、肥大した前立腺組織を壊死させ、自然吸収により退縮させる方法で、こちらもPULと同様に手術時間が極めて短時間であり、身体への負担が少ないことが魅力です。



WAVE (経尿道的前立腺水蒸気治療) 提供: Boston Scientific 社 Rezum システム



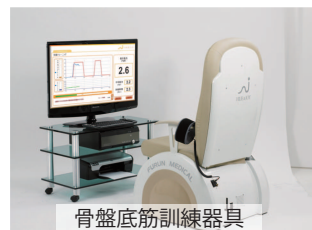
HoLEP(経尿道的前立腺核出術)の様子

尿失禁治療

骨盤底筋トレーニングで心も体も健やかに

尿が漏れてしまう尿失禁は、女性に多い悩みですが、出産・加齢・腹圧のかかる動作の習慣など、原因はさまざまです。生活の質に大きく影響する一方、『恥ずかしい』『歳だから仕方ない』と相談をためらう方も少なくありません。

当院では最も基本的で効果の高い治療として**骨盤底筋トレーニング**を積極的に取り入れています。骨盤の底の筋肉を意識的に鍛えることで、尿漏れの改善が期待できます。手術に頼らず症状が改善することも多く、姿勢や力の入れ方、筋肉の使い方を丁寧に指導します。また、骨盤底筋は骨格筋との結びつきも強く、手術後に生じた尿失禁にも対応しておりますのでお気軽にご相談ください。生活習慣の工夫や外来で行うトレーニング、薬物治療などさまざまな治療と組み合わせて、長期的な改善を目指します。



骨盤底筋訓練器具

提供: 株式会社マイクロン ペルビット®

気になる症状はお気軽にご相談ください

泌尿器科の手術は適切な治療を行うことで生活の質が大きく向上します。当院では、それぞれの患者さんの状態やご希望に応じて最善の方法を一緒に考えてまいります。「年齢のせい」と諦めず、気になる症状があればいつでもご相談ください。



排尿ケアチームのカンファレンスの様子 (中央が筆者)