

特集

# 女性骨盤底医学センターの紹介



女性骨盤底医学センターが開設されたのは平成25年10月で、専用スペースは平成28年6月に開設されました。場所は泌尿器科外来の向かいにあり、診察室とリハビリ室とがあります。リハビリ室は個室、内装はピンクに統一されリラックス出来るように配慮されています。西澤統括院長、平林医師、山ノ井医師を中心に看護師1名、理学療法士2名で活動しています。

女性骨盤底疾患の診療科のある病院は県内でも少なく遠方から紹介で来る多くの患者さんがいらつしゃいます。骨盤底疾患の患者さんはADL(日常生活活動)が自立していてもQOL(生活の質)への影響が大きく制限されてしまう方もいらつしゃいます。

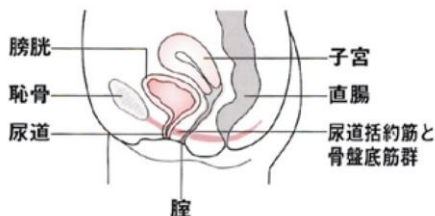
骨盤底筋は12の筋肉で構成されていません。膀胱に溜まった尿を我慢する役割と骨盤臓器が落ちてこないようにする役割があります。

理学療法士 佐々木涼子



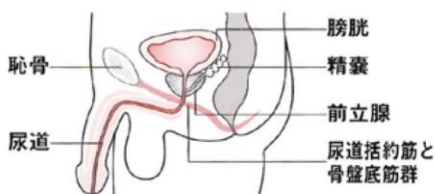
## 女性になぜ尿もれが多いのか

女性の体は構造的に  
いっても尿道が4cm  
と短く、しかもまっ  
すぐなので尿もれを  
起こしやすいのです。  
また、骨盤底筋もゆ  
るみやすいのです。



## 前立腺に注目してください

男性は、膀胱の出口  
を前立腺がドーナツ  
のように取り囲んで  
います。前立腺肥大  
が過活動膀胱を起こ  
す引き金にもなりま  
すし、前立腺肥大そ  
のものが尿道を圧迫  
し、おしっこを出を  
悪くします。



対象となる疾患は尿失禁と骨盤臓器脱です。尿失禁や骨盤臓器脱には2つの原因があり、1つ目は男女の構造的な違いです。女性の尿道は4〜5cmと短く、骨盤底に尿道・膣・肛門の3つの開口部があることです。2つ目は骨盤底筋群の脆弱化です。

危険因子で明らかと言われているのは分娩、加齢、肥満、特に分娩の影響が大きいとされています。経膣分娩には胎児が産道を通過する際なんらかの骨盤底支持組織の弛緩や損傷を受けること、娩出時の会陰裂傷や会陰切開の影響が挙げられます。右記の他、骨盤底筋の機能低下の原因には姿勢、呼吸、整形外科疾患の既往による可動域制限や筋力低下、生活習慣などの影響を受けます。また排尿日誌をつけて頂き自分の排尿回数、1回排尿量が正常かどうか知ること重要です。その上でエコーによる骨盤底筋の拳上の有無、経膣触診による力・持続時間などを評価し問題点に対してアプローチや指導などを行っています。

「骨盤底疾患は何科を受診したら良いか分からない」、「受診することをためらってしまう」と言う声を聞きますが症状がある方はお気軽に女性骨盤底外来を受診してみてもいかがでしょうか。