

# わたしの排尿の異常について

koberyo1

今年、平成26年の2月になって突然、排尿の異常を感じるようになった。尿がどうい  
うわけか出なくなってしまった。これは大変だとばかり、「かかりつけ医」に異常を訴  
えた。

その結果、2月8日、9日、10日、11日と四日間にわたって尿を採取し、それぞれ採取  
量は650ccくらいであったが、検査し、薬を処方され、一応の回復を得た。

これにより尿には、いろいろな身体的な情報が含まれ、検査結果を知ることによって  
自分の現在を知ることにもなり、排尿困難は辛くはあったけど、ずいぶん勉強になっ  
たように思う。

ご参考になるかはわからないが、わたしの記録をここに残しておくのでみていただい  
ければ幸いである。

医者によれば、尿は汚いものだと思われがちだが、そうではない。尿は身体情報を簡  
単に伝えてくれるので、医師によってはかならず毎回、採尿をしてチェックする。し  
たがって貴重な情報を見落としてしまうのは、いかにも勿体ないことになる。

この重要な情報を自分でチェックする方法として、つぎのようなことを指導された。  
まずは観察することが重要だ。

①すぐに出るか？（前立腺肥大の場合、すぐには出ない）。

②尿は勢いがあるものの、細いか、またその排尿の時点で痛みはないか、紙コップに採  
取の尿を入れて正常な淡黄色か透明か、異常ともいえる臭いがあるか、色はどんな状態  
かを自分でチェックできるのである。

③わたしの一日の排尿の量の目安であるが、水分の取り方にもよるが、1350ccか  
ら1650ccくらいである。また排尿の回数は、一日に12から13回くらいで、夜間は4回く  
らい行くだらうか。

この夜間の4回というのが大変だったので、せめて2回ぐらいに減らせないだろうか相談したところ、ある薬を投与してくれた。これで寝不足が改善され、ずいぶん助かった。

しかし、薬には「むくみ」という副作用がきて往生してしまった。いまでは「むくみ」もだいぶ良くなっている。

健康状態を示す貴重な情報源は泌尿器の疾患だけではなく、循環器系その他の場合も考慮に入れるべきと思うが、一応はふたつの大きな括りだけは心得ておくべきと思う。

わたしの友だちのなかに前立腺肥大の手術をした人はいるが、手術前と手術後はあまり変化がないと漏らしていた。

わたしの場合、手術をすることなく普通に生活している。

人それぞれに異なるので何が最善かはわからないが、体にメスを入れないことで済むのであれば、これが一番最善の方法である。

自分の体とながく良好なおつきあいをするにはどうしたらいいか、日々、模索しながら創りあげている最中である。