



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

尿（おしっこ）において 分かるあなたの健康

まだ水洗トイレではなく、くみ取り式トイレの時代、くみ取りの業者さんがこの家には糖尿病の患者さんがいますよ”と教えてくれたそうです。つまり、尿中に糖が出ているため業者さんがにおいで分かったという事です。

このように尿は体の代謝産物を排泄するため、尿を検査することでいろいろなことが分かります。最近では、犬（がん探知犬）に尿を嗅がせるとがんがあるかどうか分かるという研究まであります。

色で分かる、 重大な病気のサイン

では、皆さんはおしっこをするとき尿の状態を観察していますか？簡単な観察でも重要な発見があります。まずは色です。赤い尿は血尿です。目で見て赤い血尿は肉眼的血尿と呼び、尿検査で分かる血尿（顕微鏡的血尿）と区別しています。

肉眼的血尿は重大な病気が隠れていることが多いのです。血液の尿への混入は腎臓、尿管、膀胱、前立腺、尿道のいずれでも起こります。肉眼的血尿の場合はこのような部位のがんの可能性があります。特に、血液の塊が混じっているときはがんの可能性が高いので、早急に泌尿器科を受診して下さい。

尿路結石は尿の通路を転がりますので結石がどこにあっても血尿が出ます。結石では顕微鏡的血尿の場合が多く、疼痛や不快感が主症状となります。一方、がんは肉眼的血尿以外、症状のないことの方が多いため、疼痛がないからといって放置してはいけません。糸球体腎炎や膀胱炎、前立腺炎

でも血尿は起こりますが、次に述べる濁りを伴います。すぐに受診が必要な場合も。よく観察してみましょう

白く濁った尿は細菌感染の所見です。つまり膀胱炎や腎盂腎炎、前立腺炎です。尿路感染症では発熱、頻尿、残尿感、排尿時痛を呈します。急性膀胱炎は発熱を伴わないことが特徴ですが、腎盂腎炎では高熱を伴うことが多く、全身に細菌が広がって敗血症になる可能性があるため早急に治療が必要です。

少し濃いめの黄色い尿は脱水による濃縮尿ですが、紅茶のような茶色の尿が出たときは黄疸によるビリルビン尿が疑われます。濃縮尿は十分に水分をとれば尿は薄くなりますが、ビリルビン尿

は水分をとっても薄くはなりません。これは肝臓病が考えられますので、早急に内科を受診して下さい。

内服している薬によって尿に色がつくことがあります。ビタミン剤は尿が黄色くなったり、少し橙色になったりします。薬を中止すれば元に戻りますので問題はありませんが。最後に、尿が泡立つと糖や蛋白が多くでていることが多く、糖尿病や腎臓病の可能性があります。一度、精密検査を受けてみて下さい。

おしっこの性状だけでも多くのことが分かり、病気の早期発見につながります。皆さんも排尿時によく観察してみてください。

次回は、おしっこの出方についてお話しします。

