

MBC ラジオ『ココが聞きたい！ドクタートーク』2025.3.29
第 1143 回放送分『子ども・小児関連』5 回目
ゲスト：太原鉄平ドクター

二見いすず

今月のドクタートークは、「子ども・小児の疾患」についてお送りしています。
お話は、鹿児島県医師会 太原鉄平（たはら てっぺい）ドクターです。
太原さん、最終週もどうぞよろしくお願ひいたします。

太原鉄平Dr.

よろしくお願ひいたします。

二見いすず

今日は何についてお話しいただけますか？

太原鉄平Dr.

今日は夜尿症、おねしょについてお伝えいたします。
おねしょと診断されるのは、5歳以降で、
月に1回以上のおねしょが3ヶ月以上継続している場合です。

二見いすず

5歳以上ですね。幼稚園、保育園の間なら、そこまで気にすることはいいですか？

太原鉄平Dr.

そうですね。小学校に入る前だったら、あまり心配しなくても大丈夫です。
小学生だと宿泊学習などの行事が始まるので、
おねしょの回数などを聞かせていただいて必要であれば治療を開始することになります。

二見いすず

治療はどういったことを行うのでしょうか？

太原鉄平Dr.

まず、生活リズムを見直すようにお話しします。
食べたり飲んだりしたものが、尿として出るまでに2時間かかります。

二見いすず

結構時間がかかるんですね。

太原鉄平Dr.

はい。そのため寝る前の2時間は、飲食は控えるようにしましょうとお話ししています。
ただ現代は夕食の時間は昔よりも遅くなっています。
そうすると入眠2時間前の絶飲食指示は不可能なことも少なくありません。

そのような場合は、せめて休日前など時間が確保しやすい時だけでも、
気をつけるようにと指導しています。

また、寝る直前にトイレを済ませておくと、
おねしょの確率はグンと下がりますから必ず指導します。

二見いすず

他に親御さんができることはありますか？

太原鉄平Dr.

夜尿ダイアリーというものを作ってくださいたいです。
簡単で構いませんので、何時に食事をした、最後に水分をとったのは何時か、
何時に入眠したか、そして夜尿があったかどうかを記録していただきたいです。
診断の際、役立ちますし、治療開始後の効果判定にも大変有用です。

二見いすず

お薬を使うようなことはありますか？

太原鉄平Dr.

はい、生活の見直しなどを指導してもなかなか改善しない場合は、抗利尿ホルモンというおしっこを出しにくくするお薬を使うことがあります。

二見いすず

他にも何か注意することはありますか？

太原鉄平Dr.

親が叱ってしまうのは良くありません。
また、夜中に起こしてトイレに行かせるのも良くないです。
睡眠の質が著しく下がってしまいます。
心配でしたら夜尿ダイアリーをもって小児科を受診してください。

二見いすず

よく分かりました。今月は、「子ども・小児の疾患」をテーマに、
鹿児島県医師会 太原鉄平ドクターに貴重なお話をさせていただきました。
太原さん、5週にわたりありがとうございました。

太原鉄平Dr.

ありがとうございました。