

どのように 診断しますか？

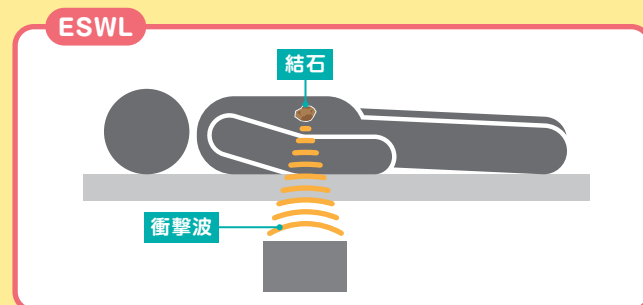
症状を認める場合もしくは尿検査で顕微鏡的血尿という見えない血尿を認めた場合に画像検査を行います。画像検査としては、まず**腹部エコー検査**や**腹部レントゲン検査**を行います。最近では診断率の高い**腹部CT検査**が行われることが増えており、より被爆線量の少ないlow dose CT検査も普及しています。画像検査で、結石の部位はどこか、大きさはどれぐらいか、硬さはどれぐらいかの情報を得て、治療方針を検討します。



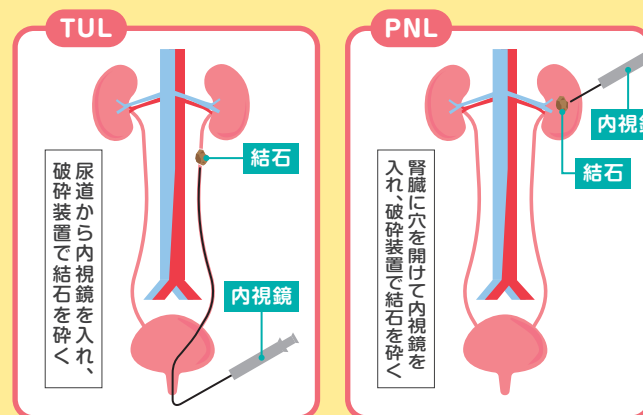
どのような 治療方法がありますか？

結石が小さければ経過観察、症状があれば、内服薬で自然排石を目指します。結石が大きい場合は外科的治療が必要となります。外科的治療には、**体外衝撃波碎石術(ESWL)**、**経尿道的腎尿管碎石術(TUL)**、**経皮的腎尿管碎石術(PNL)**があります。

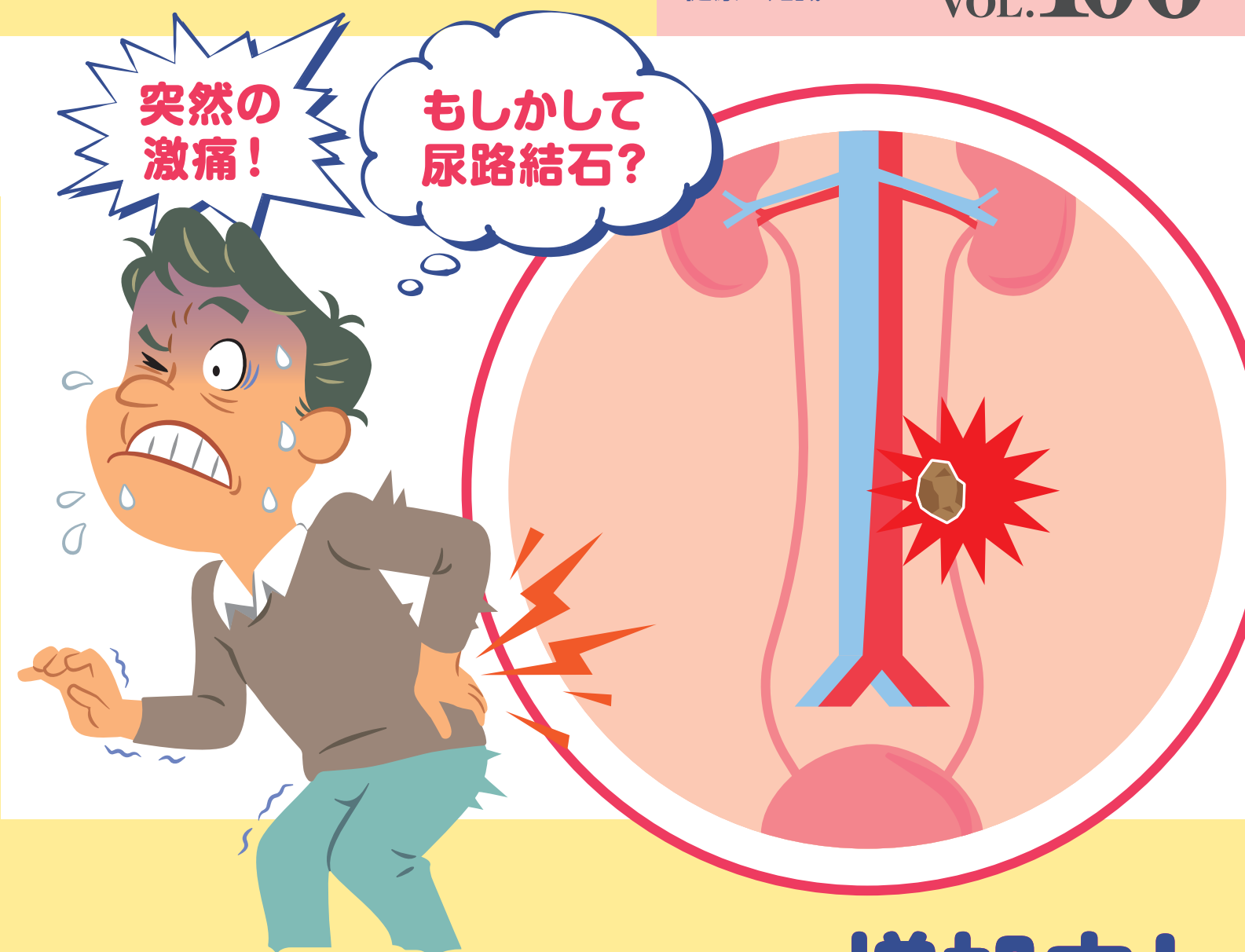
ESWLは体外から**衝撃波を当てて結石を砕く**方法で、比較的小さく柔らかい結石に向いています。外来で行うことができ入院不要という利点がありますが、自分で水分摂取に励むことで割れた結石を体外に尿として洗い流す必要があります。患者さん自身の努力も必要です。



一方で、TULとPNLは内視鏡で直接結石を確認の上で**破碎装置を用いて割り、その後破砕片を回収する**方法で、大きく硬い結石に向いています。TULは尿道から尿の流れを逆にたどる経路で、PNLは腎に直接穴を開けて尿の流れと同じ経路で結石に到達します。結石を回収できる利点がありますが、入院や麻酔は必要です。



尿路結石症



尿路結石症の患者さんは増加中！

男性の7人に1人、女性の15人に1人が尿路結石症に罹患！

尿路結石症という病気を聞いたことはありますか？尿路結石症は、腎臓から尿道までの尿路に結石ができる病気です。症状によっては激痛を伴い日常生活を送れなくなってしまうことも。そんな怖い病気の一つである尿路結石症について説明します。



尿路結石症とは？

腎臓、尿管、膀胱、尿道の尿の通り道をまとめて「**尿路**」といいます。

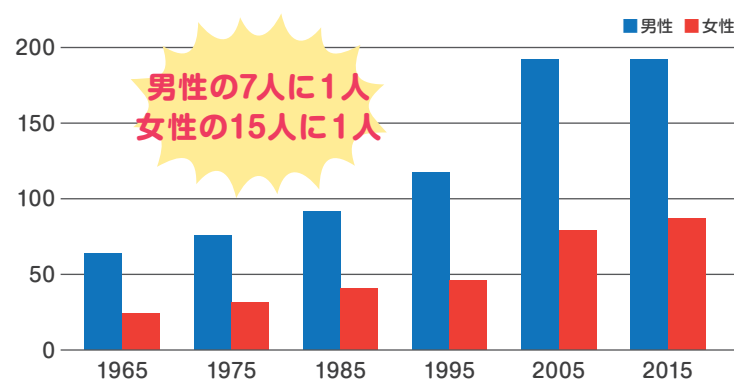
尿にはカルシウムやシュウ酸が含まれており、これらが「濃く」なり結晶化することで、結石ができるのが、**尿路結石症**です。結石は上部尿路（腎臓、尿管）に存在するときに見つかるのが大半です。

傾向 尿路結石症は増えているの？

尿路結石の罹患率は年々上昇しており、2015年には**人口10万人あたり年間138人**の日本人が尿路結石症になっています。

さらに、生涯のうちで尿路結石となる確率（生涯罹患率）は**日本人男性の7人に1人、女性の15人に1人**と非常に高率であることが報告されています。

尿路結石罹患率の年次推移（人口10万人対）



「尿路結石症診療ガイドライン2023年版」より ※尿路結石の約95%を占める上部尿路結石の割合を示したものの

原因 予防 尿路結石症の原因と予防法は？

原因の一つに、**水分摂取量が少ないこと**が挙げられます。また、尿路結石症患者では高血圧、糖尿病、高脂血症など**生活習慣病の合併**が多いことが判明しており、これらの疾患

と結びつく**食生活の欧米化**も関連性が示唆されています。家族性の要因も判明していますが、明確な遺伝子の異常は指摘されておらず、むしろ同じ食生活を送ることの影響が考え

られています。従って、予防法としては、第一に**水分を1日2ℓ以上摂取**することが有効と報告されています。そして、生活習慣病を有している場合には、**食生活の改善**も効果的と考えられます。

症状 どのような症状が出ますか？

結石の部位により症状は異なります。

腎結石では多くは無症状ですが、一部で血尿を生じることがあります。**尿管結石**では、背中から腰にかけての激痛で、血尿を伴うことがあります。**膀胱結石**も多くは無症状ですが、頻尿や、排尿時痛、血尿が生じることもあります。**尿道結石**では、尿道を閉鎖することで、排尿困難になります。



予防法



水分の摂取

食生活の改善