

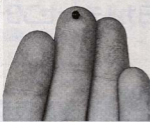
激痛!尿管結石

26歳新人記者、ひと夏の経験



突然、キリキリと腰痛が走る尿管結石。腎臓でできた石が尿管を下って

く膀胱で、日本人の10人に1人がかかることされる。26歳の新人記者の私もこの夏、それが苦しんだ。中年の病気がたいていイメージがあったが、食生活の変化などで最近では若い男性にも増えたとはいへず。尿管結石に詳しい武内病院(津市北丸之内)の加藤広海院長によると、偏った食生活や夜型の生活などを送る忙し現代人には要注意の病気といえる。(足田多穂)



夜型生活、患者増える傾向

8月上旬の真夜中、突然腰部に訪れた激痛に頭をかきむしり、布団をのたうち回った。体の内側からジンジンと響く痛みが耐えきれず、救急車を呼んだ。血尿が出て、レントゲン写真には、尿管に小さな石が写っていた。

尿管結石は、石が尿管をふさいで腎臓が腫れたり、尿管がけいれんしたりすることで激痛が起る。

加藤院長によると、「石ができるメカニズムははっきりとわからないが、塩分や脂肪の取りすぎなど偏った食生活が結石を招きやすい」。尿は石になる成分を溶かして体外に出す働きをするので、水分不足も大敵。そのため、夏場にかかると人が多いという。記者も7月に高校野球の取材で炎天下を汗だくで走り回り、デスクにもたへきん感られて冷や汗もかいたっけ。

出るの待つか、石を砕くか

かつては珍しい病気とされてきたが、02年に日本尿路結石症学会がまとめた「尿管結石症診療ガイドライン」によると、65〜95年の間で、人口10万人あたり1.7人の間に、人口10万人あたり1.7人の間に尿管結石症を発症する。約40人から倍の約80人と増えた「若年層には夜型の現代人のライフスタイルもある人でしょうね」と加藤院長。

尿管結石は発症の可能性も高い。2人に1人は5年以内に再発するといっ、恐ろしい痛みはもうじめんだ。加藤院長によると、再発防止の鍵は、就寝直前の夕食をさける▽夕食を食べ過ぎない▽白く湯いすの尿を出すこと▽以来、以上のベットのボルトに水を入れて持ち歩き、取材の合間にトイレを探す日々が続く。

従来は、石が自然に尿と一緒に出るのを待つのが治療法的主流だった。最近は一早く激痛から解放された

い人や「結石が大きくて、体外になかなか出ない」という人向きに、体外衝撃波砕石術(ESWL)という治療法も普及している。尿管の石に衝撃を合わせて衝撃波を出し、細かく砕く手術だ。

再発防止、毎日水2リットル飲む

直径5mm以内の石の場合、石が自然に体外に出るのに通常1〜2週間かかるのに対し、ESWLは約1時間の手術で石を砕ける。検査や入院などで、合計莫大な費用は保険適用で、会社員なら約10万円の自己負担になる。自然に石を落とす治療法が高くて数万円なのに比べて割高だが、「仕事を休めないビジネスマンや激痛に耐えられない人はESWLを優先」と加藤院長。

じっくり痛みとつきあった記者の体が石が出たのは5日後。「コロン」と、なんともあつけない音を出して便槽に落ちた。直撃を3〜4程度の石で、もろき苦しんだなんて信じがたい。ひと夏の思い出と、大事にとってあるが、あの激痛だけはもう動弁。正しい食生活を心がけよう、石を見て驚いた。