



院長
伊藤 真理子
プロフィール

●(いとう・まりこ)1986年山形大学医学部卒業。山大病院、篠田病院を経て2005年6月に真理子レディースクリニックを開業。日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医。

真理子先生の

女性の

更年期の女性に多い症状のひとつに尿失禁（尿漏れ）があり、40歳以上の4割強に該当するとされます。

更年期 ⑥

腹圧性尿失禁とは

尿失禁の2割が「腹圧性尿失禁」。その名の通り、腹圧がかかった時に尿が漏れてしまう症状で、咳やクシャミをした時、あるいは植木鉢を運んだり、漬物石を持ち上げた時などに症状があらわれます。

骨盤体操で予防を

緩くなつた骨盤底筋を強化する骨盤体操、読者の中には実践してくださっている方もいらっしゃるでしょう。出産後に尿漏れを経験した方は将来ほぼ間違いなく尿失禁になりやすくなります。体操を少しでも早く始めることがあります。

飲み薬が効果的です

たび尿意を感じたり、我慢しきれずトイレに間に合わないといった症状です。したいと思った時に待つたがきかないわけですね。原因は膀胱過敏だつたり、脳や神経の障害なども考えられますが、こちらは飲み薬の治療が効果的です。

旅行時など快適に

子宮筋腫や卵巣腫瘍などで膀胱が圧迫されて尿意を感じる場合もありますので、婦人科の病気が隠れていないかも併せて診てもらうと安心です。

子宮筋腫や卵巣腫瘍などで膀胱が圧迫されて尿意を感じる場合もありますので、婦人科の病気が隠れていないかも併せて診てもらうと安心です。

り楽になります。

