

論文内容の要旨

報告番号	空欄	氏名	谷 満
Guidance on water intake effectively improves urinary frequency in patients with nocturia			
飲水指導は夜間頻尿患者の頻尿症状を有効に改善する			

論文内容の要旨

(目的) 夜間頻尿は QOL を低下させ、死亡率を増加させると報告されている。夜間頻尿の原因は主に蓄尿障害と夜間多尿に分類され、後者の占める割合が多い。夜間多尿を生じる大きな原因のひとつとして、夜間抗利尿ホルモンの分泌低下があり、その要因には飲水過多による水分増加が含まれ、夕刻からの水分制限が一般的に推奨されている。しかし、今まで、高齢者における飲水量と夜間尿量を比較検討した報告は少なく、どのように指導するべきかは報告されていない。われわれは以前、24 時間尿量(mL)を体重(kg)×30 未満にすることが、夜間頻尿にならない影響因子であることを報告した。今回、われわれは、24 時間尿量が体重×30 以上の症例に対して、飲水指導をすることによる夜間頻尿の改善度合いならびに安全性について検討した。

(対象と方法)24 時間尿量が体重×30 をこえる夜間多尿による夜間頻尿を有する 65 例を対象とし、24 時間尿量/体重が 30 以下になるように飲水ならびに食事内容の変更を求めた。治療前と治療開始 1 か月後に排尿記録および一日飲水量を記録してもらい、体重、血圧、血液生化学、尿中アルギニンバズプレッシン濃度(uAVP)、血漿および尿浸透圧を測定し、飲水制限による治療効果ならびに副作用の有無について評価した。(結果)24 時間尿量、24 時間尿量/体重、夜間排尿回数、夜間尿量、24 時間飲水量、昼間飲水量および夕刻飲水量は有意に減少し、その平均値はそれぞれ、612±490mL、10.3±7.9mL/kg、1.0±1.2 回、300±301mL、402±522mL、288±412mL、112±277mL だった。夜間排尿回数が 1 回以上改善した症例は 44 例(67%)であった。夜間排尿回数の変化量は夜間尿量と正の相関を示し、夜間尿量の変化量は 24 時間尿量/体重、24 時間飲水量、昼間飲水量変化量と正の相関を示した。口渇等を訴える症例はなく、血漿浸透圧、血清 Na 値、体重は治療前後で差がみられなかった。夜間排尿回数が 1 回以上減少した群と、減少がみられなかった群で比較すると、治療前の血漿浸透圧、起床時 uAVP/uCr、夜間排尿回数、治療前後の変化量として、24 時間尿量/体重、24 時間飲水量、昼間飲水量が有意差を示し、多変量解析では、24 時間尿量の変化量および昼間飲水量の変化量が独立影響因子であった。

(結論)24 時間尿量/体重が 30 をこえる夜間多尿を有する症例では、飲水指導は有効かつ安全な life style therapy である。飲水指導において、飲水制限は夕刻のみの飲水制限ではなく、日中を通じて行うことが重要である。