

Q. PSA の数値が 5.1 ですが、検査の結果は「がんではない」とのことです。治療はしなくても良いのでしょうか？また、普段の生活で PSA 値が上がる原因となる行為にはどんなものがあるのでしょうか？

A. 「PSA 高値」のみでは治療は不要です。

PSA が上がる原因としては性行為や自転車・バイク、激しい運動、長時間の座位、強いきみ、など多岐に渡ります。

Q. 就寝前にトイレに行くのですが、夜間の頻尿で困っています。多いときは 4 回程度です。一回の尿量が少ないですが、多くするにはどうすればよいでしょうか？

A. 蓄尿機能が低下しているのであれば膀胱訓練はご自身でもできるのでおすすめです。

また客観的にみて尿量が少ないのであれば、排尿日誌を記載して一度相談ください。

Q. 20 年前に右の腎臓を摘出しました。その後から、夜間トイレに 3 回行くようになったのですが腎臓が一つしかないことが影響しますか？

A. 腎臓を摘出したことは夜間頻尿と直接的には関係ないです。加齢に伴う下部尿路症状が出現したと考えます。

Q. 前立腺がんになり、前立腺を全摘出しました。3 週間経過しますが、右下腹に痛みがあります。排尿、排便などは特に問題ありません。経過観測でよいでしょうか？

A. 手術お疲れ様です。3 週間であればまだ傷が治っていない状態です。

主治医に相談できるのが一番ですが、悪化もしくは他の症状がでなければ基本的には経過観察で大丈夫です。

Q. 赤身肉や加工肉を食べ過ぎると前立腺がんになりやすい理由はなんでしょうか？

A. 加工肉に含まれる発がん性物質（亜硝酸塩・硝酸塩）であったり、飽和脂肪酸による慢性炎症などが一原因と言われています。

- Q. 前立腺肥大がある人は自転車に乗らない方がよいでしょうか？
- A. 乗っていただいて問題はありません。ただサドルが長時間当たることには注意しましょう。
- Q. 前立腺が肥大すると生殖器の見た目にもふくれが見られるのでしょうか？
- A. 生殖器には変化がません。
- Q. 頻尿を治すために膀胱を緩める薬をもらったことがあるのですが、薬が合わないと便がゆるくなってしまうことはあるのでしょうか？
- A. 人によっては軟便の傾向になることもあります。
- Q. 血圧の薬を飲むとお腹がゆるくなって、外出できなくなります。便がゆるくなるのは、頻尿とは違って、前立腺の病気とは関係ないのでしょうか？
- A. 便がゆるくなることは前立腺の病気とは基本的には関係ありません。
- Q. 別の病気を理由に水分を多く摂取するように医師から言われています。水分を控える以外に自分でできる頻尿対策はありますか？
- A. 予防的にトイレに行ったりはせずに尿意を感じた時に排尿するよう心がけてください。
- Q. 血液検査で問題なしと出ましたが、頻尿に悩まされています。何が原因でしょうか？
- A. 血液検査だけでは正確な判断はできないため、一度専門医の受診をおすすめします。
- Q. 50代です。頻尿ぎみで夜中に目が覚め、排尿には時間がかかります。一度受診した方がよいでしょうか？
- A. はい、是非一度泌尿器科専門医への受診をおすすめします。
- Q. 60代男性です。尿の切れが悪くなってきたと感じます。また、トイレを意識すると尿意が強くなり、10分後でも行きたくなります。（集中することがあると何時間もトイレに行か

なくても大丈夫です。) 前立腺の病気と関連がありますか？

A. 集中しているとトイレに行かなくてもいい方は多いですね。年齢や症状から前立腺の影響も考えられるため、一度専門医を受診することをおすすめします。

Q. 68歳でトイレが近く、尿漏れもあり心配しています。人間ドックでエコーや PSA 検査は毎年受けています。数日前に前立腺生検を受けました。膀胱鏡検査を受けるべきでしょうか？

A. 前立腺がんの精査目的に膀胱鏡検査は基本的には必要ありません。

Q. 頻尿は治る病気でしょうか？八味地黄丸を服用して効果がありました。改善したら服用を止めてもよいのでしょうか？止めたら元に戻ってしまうのでしょうか？

A. 一般的には戻りますが。蓄尿機能が改善する方もいらっしゃいます。

Q. 頻尿のホルモン治療について、副作用についてはどうお考えでしょうか？

A. 副作用は0にはならないため、個々に合った治療薬を試してみることを勧めます。

Q. コーヒーを一日3～4杯飲みますが、頻尿をはじめ、泌尿器の病気を考えると良くないでしょうか。また、一日にどれくらいが適量でしょうか？

A. 正解はありませんが、頻尿でご本人が困っていなければ好きなだけのんでもいいと思います。ただし、カファインには利尿作用があるため、頻尿で困る場合には少しづつ減らしてみるがよいかと思います。

Q. 前立腺がんが増えている原因は検査精度が上がったからでしょうか？

A. PSA 検査が普及したことが大幅にあがった理由の一つですが、高齢化や食事の欧米化、遺伝子異常も原因になります。

- Q. 前立腺肥大症、前立腺がんの原因は何なのでしょうか？
- A. 前立腺肥大症の原因は不明で、おそらく男性ホルモンが関係していると考えられています。前立腺がんは遺伝子異常や食事、喫煙といったことが原因と言われています。
- Q. 慢性前立腺炎の不定愁訴に対する最新の治療法は何でしょうか？
(なかなか良い治療法が無いと聞いています。)
- A. 慢性前立腺炎も沢山悩んでいらっしゃる方いますよね。骨盤底筋の緊張緩和やトリガーポイント注射が取り入れられているようです。
- Q. エコー検査で前立腺が萎縮していると診断されました。その場合、前立腺がんのリスクは低いと考えても良いのでしょうか？
- A. 萎縮や肥大の程度は前立腺がんと関係がありません。