

## こどもの排尿機能発達と昼間のお漏らし、夜のおねしょ



昭和大学藤が丘病院小児科教授

昭和大学横浜市北部病院こどもセンター診療科長 池田 裕一

### こどもの排尿機能の発達

新生児や乳児は寝ている時、起きている時にかかわらず、また時間を問わずに排尿をしてしまうため常にオムツが必要です。それが成長するにつれて、徐々に排尿の間隔が空き、やがて尿意を感じ取り、自分でトイレに行けるようになります。これらの変化は、排尿に関わるメカニズムの成熟と密接に関係しています。

新生児から幼児では、膀胱に尿がたまると、その情報が脊髄の神経を通じて脳幹部に伝わり、反射的に脳は膀胱を収縮する指令を出し、膀胱の排尿筋が収縮、括約筋が弛緩して尿が出ます。

幼児から学童へと発育すると、膀胱からの情報が原始的な脳幹部だけでなく、さらに高位の大脳皮質にも伝わるようになります。大脳皮質、特に前頭葉が関わることにより、反射的な排尿の抑制が可能になります。その結果、一定量の蓄尿ができ、蓄尿ができることで尿意を感じ取ることが出来るようになり、自らトイレに行けるようになるのです。

### 日中のお漏らし

正常な排尿には、大脳辺縁系の発達に応じて、膀胱がリラックスして「尿をためる」段階と、スムーズに「尿を出す」段階が協調して行われる必要があります。尿をためるときには排尿筋が柔らかい風船のように伸びるのに対して、出口の尿道括約筋は尿が漏れないようにしっかり閉じています。尿を出すときは排尿筋がスムーズに縮んで尿を出し切り、尿道括約筋は完全に開きます。この一連の動作がうまくいかないと昼間のお漏らし（昼間尿失禁）がおこります。

### 夜尿症

夜尿症とは寝ている間に覚醒することなく尿を失禁する病気です。排尿機能が未熟な5歳までのものは「おねしょ」、5歳以降は「夜尿症」と呼ばれ、病気として区別されます。

5歳以降で月に1回以上のおねしょが続いていれば「夜尿症」と診断されます。頻度は5歳で15~20%、10歳で5~8%、15歳で1~2%ぐらいにみられます。成人したあとでも0.5%つまり200人に1人ぐらいは夜尿症があるといわれています。