

ほけん通信

尿の通り道にばい菌が入って起こる「尿路感染症」に注意

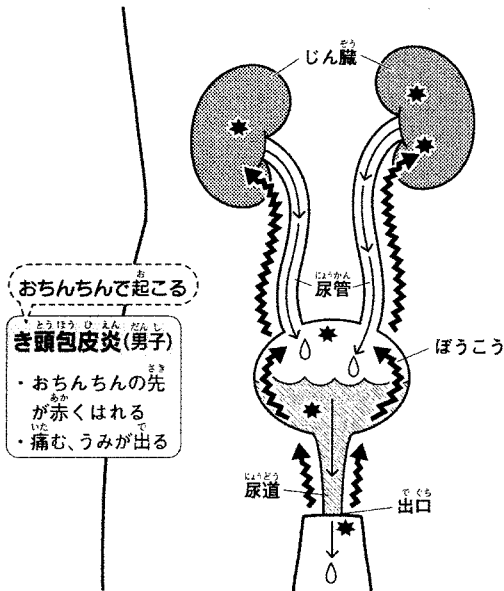
指導 白髪胃腸科内科小児科 院長 白髪 宏司 先生

おしっこ（尿）は、じん臓で作られ、尿管を通してぼうこうにためられたあと、尿道を通して体の外に出されます。この尿の通り道を「尿路」といいます。尿路は一方通行です。尿路にばい菌が入って増え、炎症を起こすのが「尿路感染症」で、原因となるばい菌の多くは尿の出口から入ってくるため、男子よりも尿道の短い女子のほうがかかりやすいです。予防には、尿の出口や下着を清潔にすることや、よごれたままの手で尿の出口をさわらないこと、おしっこをがまんせず、水分を十分にとってたくさん出すことなどが大切です。

さまざまな場所で炎症を起こします

尿の出口から入ったばい菌は、尿路をさかのぼって進み、さまざまな場所で炎症を起こします。炎症の場所によって病気の名前や症状はちがいますが、上に進むほど症状が重くなるので、早めに発見して治しましょう。

尿の通り道（尿路）の → ばい菌の進み方 ★



**おちんちんで起こる
き頭包皮炎(男子)**
・おちんちんの先が赤くはれる
・痛む、うみが出る

**じん臓で起こる
じん臓炎**
・高い熱が出る
・背中やこしが痛い
・はき気がする、はく
・おなかが痛い

**ぼうこうで起こる
ぼうこう炎**
・何度もトイレへ行く
・おしっこをするときに痛い、しみる
・おしっこをしても、まだ残っている感じがする
・赤いおしっこが出る

**尿道で起こる
尿道炎**
・何度もトイレへ行く
・おしっこをするときに痛い、しみる
・おしっこの出口がかゆい、じんじんする

予防のためには

トイレの後は前から後ろへふく
女子は、この門の周りの菌が尿の出口につかないように、前から後ろへふきましよう。

下着を清潔にする・手を洗う
よごれた下着を着たり、よごれた手で尿の出口をさわったりしないようにしましょう。

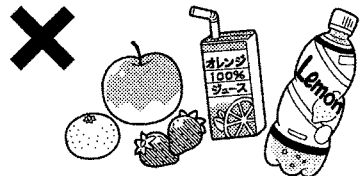
水分を十分にとる
ばい菌は尿といっしょに流れ出るので、水分を十分にとり、たくさんおしっこをしましょう。

おしっこをがまんしない
長い間ぼうこうに尿があると、ぼうこうの中でばい菌が増えやすくなります。

病気の発見に役立つ「尿検査」

尿路感染症などの尿路の病気は、尿検査で発見することができます。早く見つければ、症状が軽いうちに治すことができます。検査は決まりを守って、正しく受けましょう。

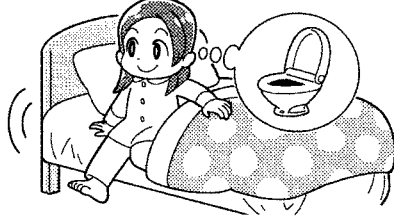
①前日には、くだものやジュースなどのビタミンCの多いものをとらない。



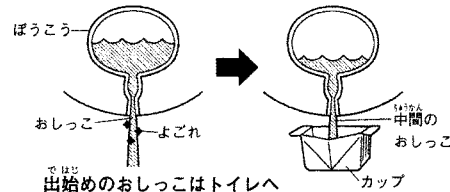
②ねる前にはおしっこをして、ぼうこうを空にしましょう。



③朝起きたら、すぐにおしっこをとります。



④出始めのおしっこはトイレに流し、中間のおしっこをカップにとります。



ほけん通信

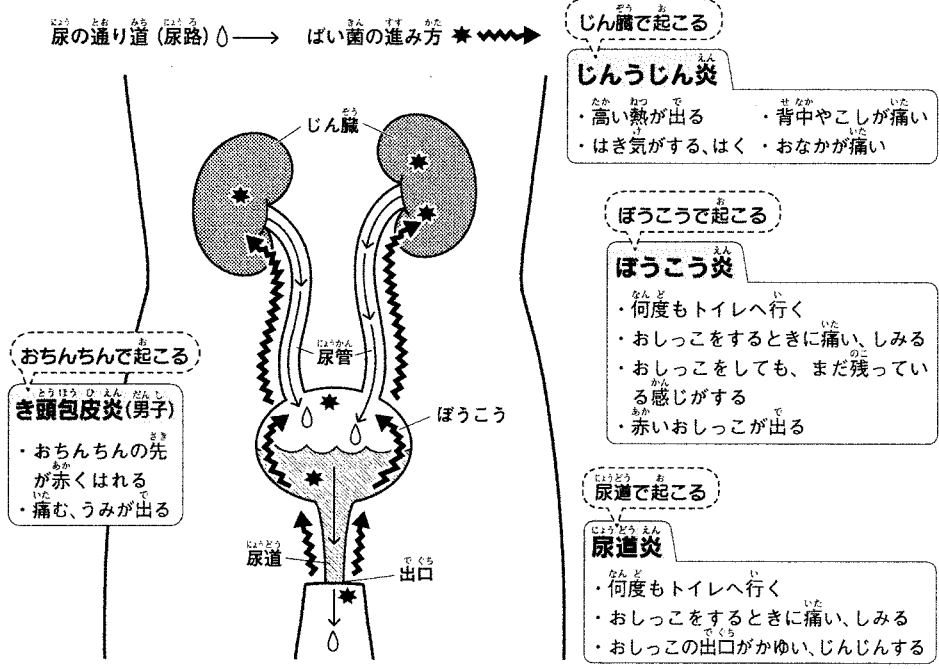
尿の通り道にばい菌が入って起こる「尿路感染症」に注意

指導 白髪胃腸科内科小児科 院長 白髪 宏司 先生

おしっこ（尿）は、じん臓で作られ、尿管を通してぼうこうにためられたあと、尿道を通して体の外に出されます。この尿の通り道を「尿路」といいます。尿路は一方通行です。尿路にばい菌が入って増え、炎症を起こすのが「尿路感染症」で、原因となるばい菌の多くは尿の出口から入ってくるため、男子よりも尿道の短い女子のほうがかかりやすいです。予防には、尿の出口や下着を清潔にすることや、よごれたままの手で尿の出口をさわらないこと、おしっこをがまんせず、水分を十分にとってたくさん出すことなどが大切です。

さまざまな場所で炎症を起こします

尿の出口から入ったばい菌は、尿路をさかのぼって進み、さまざまな場所で炎症を起こします。炎症の場所によって病気の名前や症状はちがいますが、上に進むほど症状が重くなるので、早めに発見して治しましょう。



予防のためには

トイレの後は前から後ろへふく

女子は、こう門の周りの菌が尿の出口につかないように、前から後ろへふきましよう。

下着を清潔にする・手を洗う

よごれた下着を着たり、よごれた手で尿の出口をさわったりしないようにしましょう。

水分を十分にとる

ばい菌は尿といっしょに流れ出るので、水分を十分にとり、たくさんおしっこをしましょう。

おしっこをがまんしない

長い間ぼうこうに尿があると、ぼうこうの中でばい菌が増えやすくなります。

病気の発見に役立つ「尿検査」

尿路感染症などの尿路の病気は、尿検査で発見することができます。早く見つければ、症状が軽いうちに治すことができます。検査は決まりを守って、正しく受けましょう。

- ①前日には、くだものやジュースなどのビタミンCの多いものをとらない。
- ②ねる前にはおしっこをして、ぼうこうを空にしましょう。
- ③朝起きたら、すぐにおしっこをとります。
- ④出始めのおしっこはトイレに流し、中間のおしっこをカップにとります。

出始めのおしっこはトイレへ
 中間のおしっこ
 カップ