



健やか豆知識

第11回

Q. **何歳まで
おねしょをしていたら
受診したほうがよいでしょうか?**

- I 3歳 II 4歳 III 5歳

タカちゃん
パパ
タカちゃん
ママ



おねしょは、焦らず、怒らず、起こさず

乳幼児期の夜尿は「おねしょ」といわれ、5歳まではとくに病気としては扱いません。5歳を過ぎても月に1回以上おねしょが3ヵ月以上続く場合は「夜尿症」と診断され、適切な対応を考えることになります。

おねしょの原因としては、①寝ている間に作られる尿の量が多い、②膀胱が小さくて尿を十分にためておけない、③膀胱が尿であふれそうになっても目が覚めないことなどがあげられます。夜尿症はアレルギー疾患に次いで2番目に多い小児の慢性疾患であり、7歳になって夜尿症が認められる子どもは約10%といわれています。年齢を重ねるにつれ自然と治っていきますが、7~8%はそのまま残り、治療の対象となります。

おねしょは育て方やトイレトレーニングの問題ではありません。ですから保護者が責任を感じて、おねしょをした子どもを叱ったり、ほかの子と比べたりせず、焦らずおおらかに対処しましょう。まずは、生活習慣の改善が一番大切です。①規則正しい生活をする、②夜の水分量を減らして、脱水にならないように日中しっかり水分を摂る、③夕食の塩分を控える、④夕食から寝るまでの時間をしっかり空ける、⑤夜、無理やり起こしてトイレに連れて行かない、などを心がけましょう。

最近では小学校入学前にお泊り行事が行われることがあります。5歳を過ぎた頃を目安に、まだおねしょが続いているのであれば、小児科あるいは泌尿器科を受診するとよいでしょう。夜尿症は、薬物療法やアラーム療法などの治療法が確立しているため、治ることが期待できます。子どもの自尊心を大切に、「焦らず、怒らず、起こさず」取り組みましょう。

監修 池田 裕一 昭和大学藤が丘病院小児科 診療科長・教授

< III 掘工 >

高田製薬株式会社

〒336-8666 埼玉県さいたま市南区沼影1丁目11-1

高田製薬

www.takata-seiyaku.co.jp

さらに詳しい情報は
ホームページで!

⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください