

尿管結石について

今回は、尿管結石についてお話しします。尿管結石と聞いた時に、まず痛い病気と思われる方が多いと思います。痛みには個人差がありますが、背部痛・側腹部痛・下腹部痛など、鈍痛から疝痛（せんつう）までいろいろな種類があります。

典型的な痛みは明け方に多く、ひどい場合は救急車を呼ぶケースも少なくはありません。時期的には5月頃から10月くらいが多いと思います。

尿管結石の種類はいくつかありますが、一番多いのはシュウ酸カルシウム結石で腎臓から尿管という細い管に結石が落ちて痛みが発生します。

尿管は径3mmから5mmのストローのように細く、数ミリの小さい結石が詰っても痛みを伴います。ほとんどの結石は自然排石され、尿管から膀胱内に落ちると痛みは消失します。その後、尿道は10mm前後の径がありますので尿道から結石は自然に出ることになります。

また、尿管結石が自然排石されず、痛みがひどい場合は治療の対象になります。統計的に5mmから8mm前後の結石は、自然排石を期待して内服しながら数週間経過をみます。

加療の有無はやはり腎機能が悪くなってしまう場合と、痛みが我慢できないというケースがほとんどです。治療法は直接結石を尿道から内視鏡で破壊する方法（TUL）と外部から体外衝撃波で結石を破壊する方法（ESWL）が主流です。

TULは入院が必要ですが、ESWLの多くは外来通院でも可能です。以前は開腹手術で結石を排除する方法がありましたが、現在は開腹手術を施行していません。

では最後に、どの様な方が尿管結石になりやすいかと言うと、水分を採らない方が圧倒的に多く、加えて脂っこいものをよく食べ、運動不足の方に多いと考えます。

また尿酸結石は夏場にも多く見られ、尿酸値の高い方は要注意と言えます。一度尿管結石の発作が出た方の8割は2回目の発作が出ると言われており、やはり水分摂取、規則正しい食事、運動が予防には重要と思われます。