

## 子宮、膀胱、直腸などが下がり、体外へ

# 「骨盤臓器脱」一人悩まず相談を

からだを  
読み解く

九州大病院別府病院の治療・研究

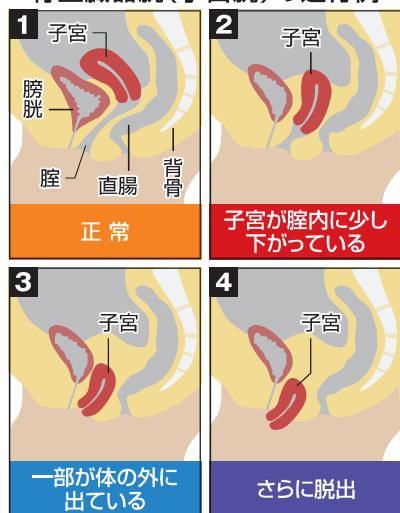
▶ 14 ◀



婦人科准教授  
園田 顕三

女性が健康であることは、社会にとって最も重要な事柄です。しかし、女性の一生の中では、いろいろな症状や女性特有の病気にかかることがあります。直接生命に関わる悪性腫瘍(がん)とは異なり、不快感や生活に支障を来す慢性的な疾病もあります。今回は、周囲に相談しづらく一人で悩むことが多い骨盤臓器脱について解説します。骨盤臓器脱とは、骨盤内の臓器である子宮、膀胱、直腸などが膣を介して下がり(下垂)、体外へ脱出する疾患です。日本人の平均寿命が延び、高齢化が進むことでこの病に悩む女性が多くなりつつあります。一つの臓器だけでなく、複数

骨盤臓器脱(子宮脱)の進行例



が下垂・脱出することもあります。骨盤臓器脱の原因として、加齢や肥満、腹圧をかける生活習慣、出産(多産、難産、大きい子の出産など)があります。骨盤底部の筋肉を含む組織が緩むことで発症しますが、急速ではなく徐々に進行することが多いです。症状は、臓器が下がった感じや外陰部のしこり、性器からの不正出血に加えて、排尿、排便に関する障害などがあります。高齢で施設に入所されている女性では、ご自身から症状の訴えがなく、職員の方から指摘されることもあります。骨盤臓器脱は婦人科、泌尿器科、および両診療科が協力する診療センターで治療が行われます。治療は①生活習慣・体質の改善②手術によらない治療(保存的治療)③手術療法に大別されます。①は、便秘を解消し排便時に腹圧をかけない生活、食生活への配慮やエクササイズによる肥満予防と改善などがあります。②には骨盤底筋訓練とペ

## 加齢や肥満、生活習慣などが原因に

ッサリーがあります。骨盤底筋訓練は、骨盤を支える筋肉のトレーニングを行うものです。具体的には、お尻を中央に向かって寄せ、肛門と膣を引き上げて閉める動作を行い、力を抜いてリラックスすることを反復します。トレーニングを正しく実行することで、症状の改善が報告されています。膣内で臓器を支えるペッサリーにはドーナツ状のものが多く、リングとも称されます。サイズが合わないと脱落し、長期間の使用により膣粘膜を痛め炎症・感染が生じることもあります。このため定期的な経過観察を要します。

③には古い歴史があり、先達による工夫・改善が行われてきました。手術では、下垂・脱出している臓器を本来の位置に戻すことを心がけます。婦人科的には、歴史的に子宮を摘出する手術と、温存する方法があります。合わせて、膣壁を修復し骨盤内の靱帯に固定し持ち上げ、膀胱と直腸の位置を補整します。手術を行っても再発することがあり、手術後も生活習慣・体質の改善は重要とされています。

産婦人科は他の専門診療科と協力しながら、多面的に女性の人生をサポートしています。骨盤臓器脱についても、一人で悩まずご相談ください。多彩な所見と症状を呈しますので、ご本人に合った最適な治療を受けていただきたいと思います。