

夜尿症に対する Vitamin Cの特効性

高天原研究所

夜尿症は睡眠時に無意識の内に排尿してしまうという症状である。大抵の人が2歳から6歳程度まで経験し、子供心に悩んだりするものである。

最近ではこの夜尿症に対する研究も進みそのメカニズムも徐々に解明されつつある。これら最新の研究結果をもとに夜尿症に対する経口薬を処方したところ 画期的な特効性が認められたのでここに紹介する。

夜尿症のメカニズム

最近、夜尿症に関する研究が進みそのメカニズムが明らかになりつつある。夜尿症の原因は簡単にすると下記の点にまとめられる。

1. 腎臓を経てつくられる尿の量に比べて膀胱が小さいために、睡眠中につくられる尿を溜めて置ききれない。
2. 神経系が発育途中にあり不十分なため膀胱が一杯になったことの感知、それにそれによる催尿感、さらに催尿感による覚醒起床という連繋的条件づけが完成されていない。

以上のように夜尿症は極めて当然で簡単なプロセスによって引き起こされているのである。

ここで 2. の神経系の問題は神経系が成人の85%程度に発達する7、8歳ごろに解決し夜尿症から脱することができる。このことから考察して神経系に外科療法を施したりすることは 夜尿症が生命に危険のないという点からも非現実的であり適切な処置といえない。

そこで1. の現象から夜尿症の療法を誘引すると

- ・膀胱をひろげる。
- ・尿量を減らす。

膀胱をひろげるという療法は外科的な処置が中

心となり繁雑であり非現実的な方法である。

そのため尿量を減らすことに着眼し研究を進めた。

温故知新

昔から夜尿症に対して言われていることがいくつもある。それらについて科学的に考察を加えてみた。

* 火遊びをするとおねしょをする。

火遊びは遊びといっても危険なものであり、大きな緊張を強いられる。このストレスにより利尿ホルモンが分泌され尿量が増えて睡眠時に漏らしてしまう。

* 甘い物を食べすぎるとおねしょをする。

糖分を摂取するとその代謝の為に体内のカルシウムが消費され ストレスに対する抵抗力が低下して尿量が増える。また血圧が上がるために腎臓を通過する血液量が増え透析され尿の量も増える。

尿量が増えることは同一個人であっても睡眠時に失禁する可能性が高くなることを示している。同時に夜尿症が精神的、特にストレスと密接な関係があると思われる。前夜の失禁を強く叱ると今晚も失禁してしまうということはよくあることである。ストレスを軽減することが尿量を減らすと考えられる。

ストレスと尿量

ストレスと尿量との関係を調べるために実験を行った

実験方法

- ・被験者の手首に電極を張り付け高電圧(700V 200Hz)をパルス的に印加してストレスとする。ストレスの強さはパルス間隔によって変える。
- ・水センサーによって失禁を検知する。
- ・お漏らし指数を算出する。

お漏らし指数 = 被験者全員の就寝から失禁までの時間合計(分) ÷ 被験者数
 但、非失禁者の失禁までの時間は0分とする。

今回の実験は4歳児を被験者としておこなった。結果を図1に示す。

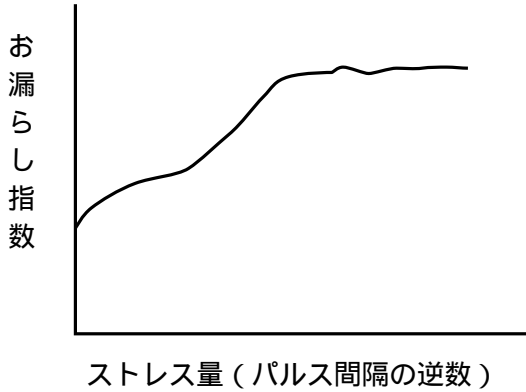


図 1

お漏らし指数は被験者の膀胱が一杯に成るまでの時間と考えられる。これは腎臓でつくられる尿の量に依存する。即ち 図1が示すようにストレスが尿量を増やしているといえる。

対ストレス剤経口投与

実験1によってストレスが夜尿症と深い関係があることがわかった。そこでストレスにたいする抵抗力をつけるためにVitamin Cを経口投与して 実験2を行った。

実験方法 2

- ・ 就寝4時間前にVitamin C 100mgを経口投与する。
- ・ 水センサーによって失禁を検知する。
- ・ お漏らし指数を算出して対照群と比較検討する。

この実験も4歳児を被験者として行った。実験の結果を表1に示す。

実験群	お漏らし指数
投与群	1 4 2
対照群	2 1 7

表 1

表1の様にVitamin Cの投与によって顕著に夜尿症が改善されていることがわかる。Vitamin Cは最近の健康薬ブームで対ストレス薬としての評判が高いが実験2においても証明されたといえよう。

さらに高学年夜尿症(10歳以上で週1回以上睡眠時の失禁のあるもの)に対する同じ実験では殆どの被験者が失禁せずに朝を迎えた。これは彼等の夜尿症がよりストレスに起因した症状であるといえる。

ここで一つ考察に加えなくてはいけないことがある。夜尿症に精神的要因が大きいことがわかったが、そのために起る投薬のプラセボ効果である。このてんに関して二重盲験法を用いて追実験をおこなった。その結果 偽薬群のお漏らし指数は対照群の17%減となりプラセボ効果を棄却できなかった。しかし これは夜尿症が精神的要因が大きい症状であることと、偽薬群がVitamin C投与群に及ばなかったことからVitamin Cの特効性が再確認されたといえる。

以上Vitamin Cの投与が夜尿症に対して特効性を持つことがわかった。これは夜尿症が精神的要因を持つ症状だということである。そのために家族の接しかた、本人の自信のもちかた等が症状に反映するのである。精神的にも未発達な時期でもあるのでまわりの環境整備が必要不可欠である。Vitamin Cによる症状の改善が本人の自信に繋がり、幼児の悩みを軽減することができれば幸いである。

うかうかしていると あなたも今夜危ない!