

補中益氣湯服用 尿の失禁に効果

Q 四十三歳、主婦。ここ数年体重が数kg増加し気になつていたので、エアロビクスに通い始めました。言われた通りに力を抜いたジャンプを繰り返していたら、尿が少しずつもれてきました。その後も咳（せき）やくしゃみをする度に尿がもれます。先日子供の運動会で一緒に縄跳びをしていたら尿もれが止まらず大変シヨックでした。

A 質問者は三児の母親で、第二子の出産が難産だった。そして第三子出産後から時々尿失禁を感じて悩んでいたという。これは腹圧性尿失禁といわれるもので高齢者に限らず、出産経験の多い女性などに多いことがわかつています。

加齢や運動不足、妊娠や出産により骨盤の底

の筋肉がゆるむことが主な原因とされている。泌尿器科では膀胱（ぼうこう）の出口にある括約筋や骨盤底にある筋肉の緊張を高める薬や体操の指導が行われる。これらの効果がなく日常生活に支障が多い時には手術も考慮される。

漢方でも筋肉の緊張を調節する薬がある。最もよく使われるのは補中益氣湯（ほちゅうえつきとう）である。葛根（かっこん）や芍薬（しやくやく）にも筋肉の緊張を調節する働きがあるので、葛根湯も用いられる。

質問者は冷え性や腰痛もあるので葛根加苓朮附湯（かっこんかりょうじゅつぷとう）を処方したいが、簡単に飲めるエキス剤がないので、葛根湯と真武湯（しんぶとう）の併用が選択肢の一つになる。