



尿が泡立っている、「腎臓でも悪いのではないか？」と思っている方は多いのではないのでしょうか。尿の泡立ちが病気の前兆か、あるいは、病気とは無関係と考えればいいのかについて、今回、知っておきましょう。

☆尿の性状について知りましょう。

通常、尿は無色から黄色透明です。黄色の濃い尿が腎臓の異常を意味することはありません。

(水分摂取量の不足、脱水状態の時、尿は濃くなります。尿量が減っていることが全て腎臓と関係があるとは限りません)

黄色以外の尿(赤色、橙色、緑色、紫色など)を自覚した時は直ちに泌尿器科を受診しましょう。

☆尿の泡立ちはなぜ起こるのでしょ。

何らかの理由で尿の粘調度が高くなると尿が泡立ちます。病気の場合も考えられますが、病気でない場合もあります。

① 腎臓や全身に病気がないと判断される場合

- ・夏場や運動後に発汗量が増えている
- ・冬場の乾燥している状態で皮膚から水分が蒸発している

このような状況時に水分が不足すると尿が濃くなり、粘調度が高くなることで尿の泡立ちが目立つようになります。

② 腎臓(血液を濾過して体内の水分量を調節する)に何らかの病気がある場合

- ・尿中に大量の蛋白が排泄されると尿の泡立ち(きめの細かいクリーミーな泡)が目立つようになり、それがなかなか消えない状態となります。(水分摂取量を増やすと泡立ちの程度が軽くなります)

血液中の蛋白が増加することで、尿蛋白として排出される場合もあります。体重減少や微熱の持続、急激な腎臓の機能の低下などがある場合には直ちに詳しい検査をしましょう。

③ 全身に何らかの病気がある場合

- ・尿の泡立ちで考えられるもっとも多い病気が糖尿病です。

血糖値が 160mg/dl 以上に増加すると尿中に糖が多く排泄されるようになるため、尿の粘調度が増し、尿の泡立ちが目立つようになります。食後に尿の泡立ちがある場合には医療機関を受診しましょう。

☆膀胱炎の人は何故血尿や蛋白尿がでるのでしょ。

- ① 膀胱炎にみられる血尿→肉眼ではっきりわかる血尿もあれば肉眼では確認できない血尿もあります。膀胱内の粘膜が非常に柔らかい為、尿道から膀胱内に入り込んだ細菌が増殖すると膀胱内の粘膜が荒れてただれたような状態になります。そこから出血が起こり、排尿時に血液が混じって血尿として排泄されます。
- ② 膀胱炎にみられる蛋白尿→膀胱、尿道から炎症ではがれた粘膜、炎症部分の分泌液などが尿に混じったものが蛋白として排泄されます。

膀胱炎の症状には、排尿時痛、残尿感など他にも症状がありますが、**全ての症状が治ったあとも血尿、蛋白尿が持続する場合は詳しい検査が必要**になります。

★尿検査で異常を指摘された時→尿の異常が全て腎臓の病気を反映しているわけではありません。高熱や激しい運動の後に一時的に血尿や蛋白尿が認められることもあります。体調の良い時に再検査すると良いでしょう。

★当クリニックでは定期的に尿検査を行い、尿潜血、尿蛋白のチェックを行っていますので心配には及びませんが、尿の泡が直ぐに消え去らないなど、ご心配なことがありましたら当院スタッフにご相談下さい。