

前立腺肥大 が心配な方へ

前立腺肥大症・過活動性膀胱を自分でチェックしましょう!

◆ 前立腺肥大症・過活動性膀胱チェックシート：国際前立腺症状スコア(IPSS)に基づく

(設問) 最近1ヶ月間の状況に関して	全く無し	5回に 1回以下	2回に 1回以下	2回に 1回くらい	2回に 1回以上	ほぼ毎回
排尿後に、まだ尿が残っている 感じがありますか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点
排尿後2時間以内にもう一度行 かなければならないことがあり ましたか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点
排尿途中で、尿がとぎれること がありましたか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点
排尿を我慢するのがつらいこと がありましたか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点
尿の勢いが弱いことがありまし たか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点
排尿開始時にいきこむ必要はあ りましたか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点
床についてから朝起きるまでに 普通何回排尿に起きましたか。	0点 (0回)	1点 (1回)	2点 (2回)	3点 (3回)	4点 (4回)	5点 (5回)

合計 点

0～7点：軽症、8～19点：中等度、20～35点：重症

15点を超えるようなら泌尿器科医師にご相談下さい。

前立腺肥大症とは

加齢とともに、前立腺の細胞数が増加し、肥大化する疾患。

前立腺は膀胱の下で尿道を取り囲むようにして存在します。前立腺から分泌される前立腺液は精液の構成成分で、体外に射精された精子を保護し、エネルギーを補充する働きがあり、年齢と共に生殖能力が必要でなくなるために、前立腺は萎縮するか肥大化します。

以前は日本人のほとんどは萎縮してきましたが、食生活の変化で現在は、80歳までに日本人男性の80%が前立腺肥大症になるといわれています。

前立腺肥大症は、患者の日常生活の質（QOL）に影響を及ぼします。

下のQOLスコアも確認してみましょう。

◆ QOLスコア

	とても満足	満足	ほぼ満足	なんともいえない	やや不満	いやだ	とてもいやだ
現在の尿の状態が、このまま変わらずに続けばどんな気持ちですか。	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点

0～1点：軽症、2～4点：中等度、5～6点重症

QOLスコアが4点以上は泌尿器科受診をお勧めします。

- 外来診察時間及び医師は変更する場合がありますので、「**外来診療担当表**」でご確認下さい。