

尿漏れ、陰部の不快感などの悩みに女性医師が対応 「骨盤底筋体操」のマンツーマン指導も好評です

泌尿器科と婦人科にまたがる疾患を扱う「女性泌尿器」専門クリニック

みやびウロギネクリニック



井上院長（左）と骨盤底筋体操の専任看護師の能勢弥生さん。「排尿トラブルはお産を経験したり、年齢を重ねれば誰でも起こりうる疾患です。骨盤底筋体操を取り入れたり、生活習慣を変えるだけで改善できる場合も多いので、気軽にご相談を」。骨盤底筋体操をマンツーマンで教えてくれる病院は、岡山ではまだ少ないのが現状だそうです。

同院は、尿漏れ・骨盤臓器脱など女性骨盤に関する疾患や、泌尿器科と婦人科にまたがる疾患を診療する「ウロギネコロシア（女性泌尿器）専門クリニック」です。

「日本の多くの病院では、泌尿器科医もしくは婦人科医のみの診察で行われています。しかし、尿失禁だと思っていたら実は膣（ちつ）炎だったり、血尿だと思つて検査してみると子宮頸がんであったり…。2つの分野から総合的に診察しない」と井上院長は、泌尿器科と婦人科が専門の井上院長がじっくり悩みを聞きながら総合的に診察・治療しています。

排尿トラブルや陰部の違和感などのデリケートな悩み。男性医師には相談しづらいし、泌尿器科と婦人科どちらに行ったらいいか分からない…。そんなとき、頼りになるのが「みやびウロギネクリニック」です。

「泌尿器科医もしくは婦人科医のみの診察で行われています。しかし、尿失禁だと思っていたら実は膣（ちつ）炎だったり、血尿だと思つて検査してみると子宮頸がんであったり…。2つの分野から総合的に診察しない」と井上院長は、泌尿器科と婦人科が専門の井上院長がじっくり悩みを聞きながら総合的に診察・治療しています。

今相談が多いのが、頻尿や尿漏れなどの排尿トラブルに関するものだろう。同院では、日本排尿機能学会により治療効果が高いと推奨されている「骨盤底筋体操」の指導に力を入れています。

骨盤底筋とは、膀胱（ぼうこう）や子宮などが下らないように支えている骨盤の底の筋肉。お産や加齢などで、この筋肉が緩むと、尿道や膣がしつかり締まらなくなり尿漏れなどの原因になってしまうのです。

「骨盤底筋を伸縮させながらコツが必要。自己流だとしつかり筋肉が動かせなかったり、ほかの部分に力が入ってしまったりと、効果が出にくい場合があります」と井上院長。いったんやり方を

～主な対象疾患・症状～

- ①骨盤臓器脱…骨盤内の臓器が膣から下がってくる病気
- ②腹圧性尿失禁…せき、くしゃみなどで腹圧がかかると尿がもれてしまう病気
- ③過活動膀胱、切迫性尿失禁…尿の回数が多い、突然尿意をもよおしトイレまで間に合わない、水道で手を洗うともらえるなどの症状
- ④間質性膀胱炎…頻尿、残尿感、排尿後の痛みなどの症状
- ⑤泌尿器科領域の疾患…感染症、尿管結石、排尿障害 ※男性の疾患も診療可
- ⑥婦人科領域の疾患…子宮がん検診、月経不順、月経困難症・月経前症候群、感染症、子宮筋腫・子宮内膜炎・卵巣のう腫・更年期障害、骨粗しょう症など

☎086 (223) 1100 ※予約優先

岡山市北区表町1-4-1第2開発ビル2F

診療時間：午前9時～正午

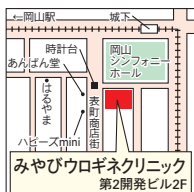
午後1時～5時

休診日：火・日曜、祝日

駐車場は城下地下駐車場を利用（受診者には1時間無料チケットあり）

みやびウロギネクリニック

検索



「正しい方法を広く知っていただきたい」との思いから、初回は無料内診料などは必要。時間は30分程度。予約の上、来院を。

緩んだ筋肉を伸縮させて鍛え、元の健やかな状態に戻していくのが「骨盤底筋体操」。同院では、医師によるカウンセリングと内診を行った上で、専任の看護師が最適な方法をマンツーマンで指導しています。

「骨盤底筋を伸縮させるにはコツが必要。自己流だとしつかり筋肉が動かせなかったり、ほかの部分に力が入ってしまったりと、効果が出にくい場合があります」と井上院長。いったんやり方を