

特集

行動療法 (Behavioural Therapy)

松下千枝

社会福祉法人 恩賜財団 済生会中和病院泌尿器科

Key Words

難治性過活動膀胱, 行動療法, 生活指導, 膀胱訓練, 理学療法

過活動膀胱の治療の第一選択は行動療法である。行動療法には生活指導, 理学療法, 計画療法, 補助療法がある。行動療法は, 尿意切迫感に対する反応, 排尿習慣, 尿失禁予防方法の習得などにおける患者の行動を変えることにより, 膀胱のコントロールを改善させることを目的とした治療で, 副作用がなく, 有効性が高い。コストはかからないが, 時間と場所が必要である。多職種連携での包括的排尿ケアによる行動療法の推進が望まれる。

はじめに

行動療法には, 生活指導, 膀胱訓練・計画療法, 理学療法, 行動療法統合プログラム, その他の保存療法が含まれる。生活指導, 膀胱訓練, 骨盤底筋訓練, 行動療法統合プログラムは過活動膀胱 (overactive bladder ; OAB) の治療において推奨グレードA, バイオフィードバック訓練は推奨グレードBとなっている (表)^{1) 2)}。専門医を対象とした過活動膀胱診療アルゴリズム2015³⁾においては, 男女ともにOABと診断されたのちに行動

療法±薬物療法を行い, 効果不良であれば難治性OABとされる。難治性OABとは, そもそも行動療法の効果が不良である状態といえる。しかし, 難治性OABと診断されたとして, 行動療法の継続は必要である。本稿では, 難治性OABへの行動療法について検討する。

生活指導

OABの生活指導には, 体重減少, 運動, 禁煙, 食事, 飲水指導, 便秘改善などが挙げられる。体

Chie Matsushita (医長)