

多飲症・水中毒

川上宏人 松浦好徳 編

＜書評者＞ 鈴木康之（東京慈恵会医科大学泌尿器科）

過活動膀胱という用語が泌尿器科学会を席卷し始めてから頻尿・尿意切迫は泌尿器科医の最大関心事の1つとなった。難治性頻尿患者さんの排尿日誌から多飲多尿が判明する頻度が絶望的に高いことは泌尿器科医であれば日常診療で強く実感されることである。健康ブームに乗ったマスコミの報道は、“血液さらさら”というキャッチフレーズを生みだし、“水分補給が健康の源”という神話が世界中を駆けめぐっている。数年前にはテレビの健康番組収録で同席した壮年の有名女優さんに「私は2,000 ccの水を毎日飲むことを日課として健康維持してますのよ」と誇らしげに宣言されてしまい、唖然とした記憶がある。

しかし、一般に浸透してしまったことを妄想と批判するのは容易でも、むやみな水分摂取の非合理性を相手に有効に理解・納得させる知識と技術が頻尿治療医にはま

だ不十分だと思われる。マスコミは余分なカロリー摂取の悪も宣伝しているのに、一向に肥満や糖尿病が減少しない。しかし、なぜむやみな水分摂取推奨だけは一般人が直ちに受容し争って実践するのだろうか？ そこにストレスなどの心理的な背景がないのだろうか？ この本を読み進めるに従い、自分の知識と認識の貧弱さを痛感した。泌尿器科医として大量水分摂取の裏に隠れている心理にまったく無知であった。水分摂取行動と人間の生存欲の関係も無視できない。確かに体重増加・水中毒まで至る病的な多飲症は主に精神疾患で、学生時代の講義でも「精神分裂病（現在は統合失調症）に多飲症を伴う」と言われた記憶がある。しかし、多飲症は特殊な精神疾患だけに限った話ではなかった。この病態は統合失調症に限らず感情障害、人格障害、さらには脳炎、脳外傷、認知症にも高頻度

で認められるというものである。また、本書に書かれた多飲症の定義として「飲水に関するセルフケア能力の低下、（中略）過剰な水分摂取により日常生活にさまざまな支障をきたすこと」とあることは泌尿器科外来の多飲多尿の患者さんの背景と類似点があると思われる。また、その治療にあっても隔離・拘束や飲水制限は長期的転帰が不良であるため、患者教育や申告飲水という手法を使う内容には納得である。

難治性病態の本質をすべて知り、それを完璧に治療するには人知の限界がある。しかし、自身の専門外領域の知見はしばしば有用で、そこから光明を見いだすことも多々ある。多飲多尿による頻尿を治療する医師として「敵を知り、己を知らば、百戦危うからず」（孫子）の境地に近づくためには、ご一読いただきたい書籍である。

●B5 頁 272 2010 年
定価 2,730 円
(本体 2,600 円＋税 5%)
[ISBN978-4-260-01002-3]
医学書院 刊