

健康メモ

結石は季節のもの？

広島市医師会理事
広島市民病院泌尿器科主任部長 荒巻 謙一

途切れなく続

くけたたましい
サイレンの音は、
当院救急部の喧
騒を一層倍加さ



せ、そのにぎわいは二四時間衰える
ことはありません。その中に、最近
季節を問わず尿路結石患者さんが多
数運ばれてくるのが気になります。
以前は、結石は夏のもの、冬は前立
腺肥大症の尿閉と相場は決まってい
たのですが、全く疾患の季節感が失
われつつある現状には驚かされます。
それは他科の疾患でもいえるのでし

ようけど、昔のように四季の自然の
中で生活していた時代に比べ、年中
人工的に調整された環境で生活でき
るようになったことも一因かも知れ
ません。

しかし、結石が暑い時期だけのも
のでなくなったのには、まだほかに
理由がありそうです。そう、生活
の変化です。最近では日本人も、動
物性蛋白質を多く摂る欧米風の食ス
スタイルに変わりつつあります。この
動物性蛋白質が曲者で、結石形成に
大きく関与しているのです。この蛋
白質の多量摂取は、結石成分である
カルシウム、尿酸、尿酸の腎臓から
の排泄を増加させ、尿中濃度の上昇
を招き、結石発生のリスクを高める
といわれています。そうすると、結
石予防を考えた時、食生活の改善が
問題となり、話が結石だけに留まら
ず、生活習慣病ひいてはメタボリッ
クシンドロームとの関連に及んでく

ることになります。つまり、結石も
立派に生活習慣病の一疾患としての
地位を確立しているのです。

結石に関しては、ESWL（体外
衝撃波結石破碎術）が導入されてか
ら、簡単に治療できるというイメー
ジが先行し、その根本にある原因の
深さまで追求されることが少なく
なつてきています。予防こそ治療その
ものです。「水飲んどきゃええんじや
ろ」とか「ビールで治せるんじゃけえ
ええ病気よ」といった軽く、甘い認識
を早く払拭し、もっと基本的な生活
習慣の改善に目を向けていただきたい
のです。そうすれば以前のように、
疾患から季節を感じる時代が戻って
来るかも知れません。
と偉そうに言ってお
きながら、隠れてこ
っそり腹囲を測って
いる自分が寂しくも、
恥ずかしい限りです。

