

# 泌尿器科の かかりつけ 医

神楽岡泌尿器科 渋谷 秋彦 院長

どなので、セルフチェックができるということですね。ご自分の性器がどのような形か？ 腫れたり色調が変わったりしていませんか？ 自分で確認する習慣をつけて欲しいと思います。

亀頭（ペニス先）や陰核（クリトリス）ですが、敏感な大事なところなので包皮というカバー

い濃い尿ではなく、色の薄い尿を尿道の出口から出して欲しいのです。

尿道口は露出して、入浴時は出来る範囲で包皮を翻転して（剥いて）洗浄するべきです。尿の毒素や発生する雑菌により、包皮の炎症を起こしてしまいます（亀頭包皮炎）。この症状は子どもだけに起こるのではなく、

## 外陰部の異常について

泌尿器科では、年齢にかかわらず患者さんが来られます。今回はいつも隠していて、最も人に見せたくないところ（外陰部）の問題についてお話しします。

女性の方は婦人科での診察、内診がありますね？ 身体の内部にある部分が多いからですが、男性の場合は陰茎陰囊など外に出ている部分がほとん

がついています。西欧ではこの部分をあえて露出するために割礼などが行われる地域もあるのですが、基本、この保護力（カバー）はあっていいもので、異常なものではないと考えています。ただ、そのカバーしている内側は保清（消毒）ではなく汚れがたまりやすいようにすること（水）が大事ということ。水分補給をして、毒素の多

### 包茎の種類と症状

真性包茎



包皮をめくっても亀頭を露出できない状態が続き、尿が触れて炎症を起こす

仮性包茎



手で包皮をめくった際は外尿道口が露出できる状態

渋谷 秋彦 ●しげや あきひこ 1961年、旭川生まれ。1988年札幌医科大学卒業。2003年11月に旭川市神楽岡に「神楽岡泌尿器科」開設。日本泌尿器科学会（専門医）、老年泌尿器科学会、日本性機能学会、日本泌尿器内視鏡口ポテックス学会所属。著書に「気持ちいいオシッコのすすめ」（現代書林刊）。

成人の男性にも見られることです。糖尿病などは、尿に糖分が含まれることで雑菌の繁殖が促進されて、症状を引き起こしやすくなるとされています。

包茎自体は大変な病気ではなく、ご自分で対処できるものなのですが、

人に相談しづらく悩みを抱えている方もいらっしゃいます。真性包茎のままお歳をとって、高齢となつてから相談される方もおられます。自分で（痛み）の加減が分かるからです（包皮をちよつとずつ剥いてみて、亀頭を出します。身体を洗う時、一緒にシャワーをかけてあげましょう。お歳にかかわらず、自分の身体を把握してチェックする習慣をつけて欲しいと思います。

そうすれば異常が自分で早く分かるようになるからです。陰囊も同様です。形に左右差があるのは当たり前ですが、大きさが変わったり、触ったときの不快感などが強くなれば、相談してほしいと思います。

◆ 当院では無料メール相談も受け付けております。最近ではスマホの普及で写真も送りやすくなっていますね。触られたり見られることがいやな方も多いです。写真を見せてもらっただけでコメントすることもできますね。

ホームページの【院長に直通メール相談】から簡単に送れます。ぜひご利用ください。

<http://www.kagun-uro.or.jp>