

### 3

## 夜尿症の病型の見分け方は？

夜間尿量、がまん尿量を測定することで、多尿型か膀胱型かを見分けることができます。(主治医の先生と相談しながら取り組みましょう。)

多尿型：夜間尿量が正常の目安値より多い場合  
膀胱型：がまん尿量が正常の目安値より小さい場合

### 夜間尿量を測定

- ①まず寝る前にトイレに行き、膀胱をからにします。
- ②紙おむつの重さを測定してから、おむつをして寝ます。
- ③朝起きたとき、ぬれた紙おむつの重さを測定します。
- ④朝一番にトイレに行って、尿量を計量カップで測定します。

夜間尿量は、次の方法で算出します。



### 平均的な夜間尿量の目安

小学校 1～3年生	200cc 以下
4年生以降	250cc 以下

### がまん尿量を測定

学校から帰った後、家でおしっこをがまんさせ、もうだめだ、というときの尿量を測定します。

### 平均的ながまん尿量の目安

小学校 1年生	150cc 以上
2年生	200cc 以上
3年生以降	250cc 以上

\* 帆足英一 小児科臨床 65(4)931-939,2012

もうがまん  
できないよ～



### あなたのお子さんのタイプは？

月	日	一晩の夜間尿量 (cc)	がまん尿量 (cc)
/			
/			
/			