

# 夜尿症と宿泊行事

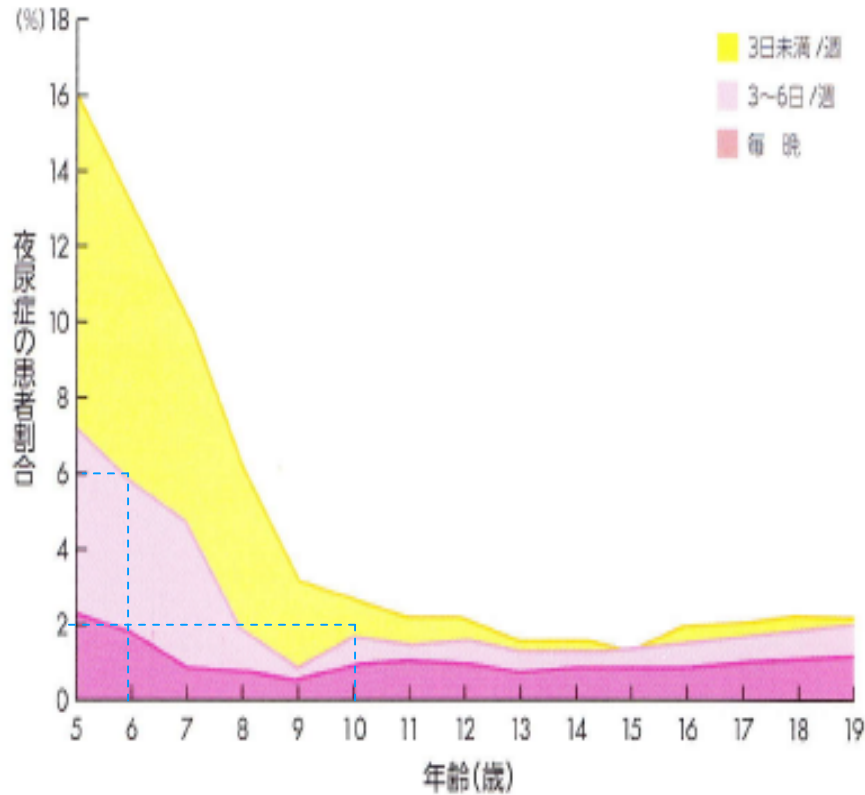
最近では、学校行事だけでなく、こども会やスポーツクラブなどでの宿泊機会が増えています。夜尿症をもつ母親の約**6割**が宿泊行事の参加に躊躇しています。けっこう、チームの中心選手が夜尿があったりするもとも．．．

1. 学校行事では、**毎年必ず数人の夜尿症の子がいる**ので、先生は**対処に慣れて**います。まず、相談してみることが大事です。薬を飲むとき、オムツをつけなければならないとき、万一、失敗したときはどうしても**先生の助けが必要**です。
2. 夜尿症の原則は“起こさない”ですが、**宿泊行事では起こしてもかまいません**。
3. 漏らしてしまう時間がバラバラだったり、起こしても漏らしてしまう場合は、むしろ早朝に起こしてもらって、みんなが起きる前に処理する方法もあります。  
(特にテント泊では事前に十分打ち合わせが必要です。)
4. **宿泊がさしせまっている場合**
  - ・夕食以降の水分制限（200ml：コップ1杯まで）、就寝前の完全排尿  
\* 日中は脱水の危険があるので水分制限してはいけません。
  - ・夜間起こしてもらう
  - ・オムツ、パットの使用
  - ・濡れても目立たない衣服で対処しましょう。
5. **宿泊まで時間がある場合**
  - ・病院に相談し、生活指導、薬物治療を行います。

**最も大事なことは、  
子どものプライドを傷つけないこと**

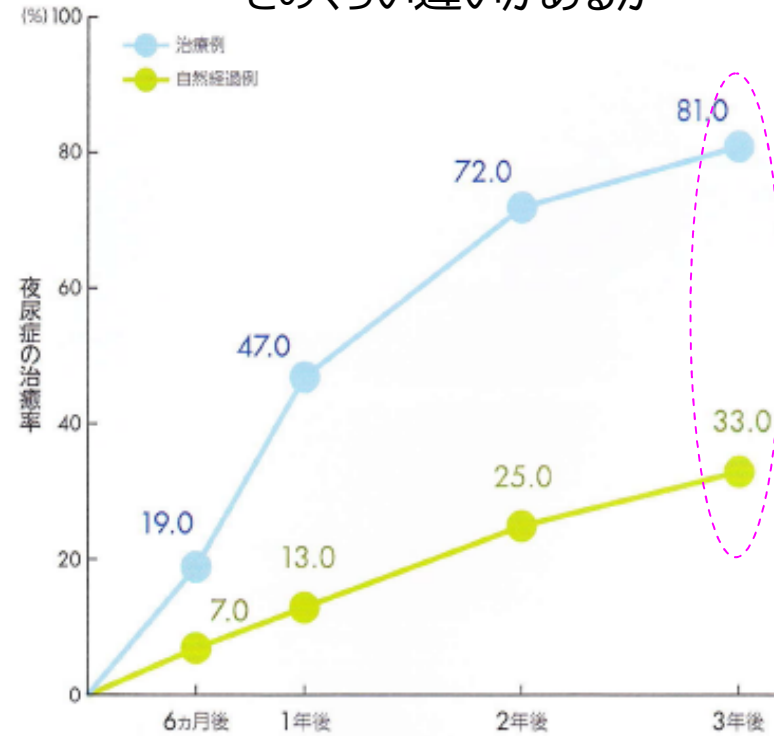
# 夜尿症の実態と治療効果

何歳でどのくらいの夜尿の子がいるか



6歳（小学校入学時）で6%  
10歳で2%ほどの子どもが  
週の半分ほど夜尿があります。

治療した場合としない場合に  
どのくらい違いがあるか



3年後には、治療した子は80%以上が  
治りますが、自然経過では30%くらい  
の子しか治らないようです。

(夜尿症診療 別冊ASAHI Medical 参考)