

# 尿漏れ・頻尿について調べるには・・・

## こんな本で調べられます

- 女性の尿トラブル:別冊NHKきょうの健康 (加藤久美子)
- やさしい過活動膀胱の自己管理 (武田正之 医薬ジャーナル社)
- 病気がみえる Vol.8 腎臓・泌尿器 (メディックメディア)
- 病気がみえる Vol.9 婦人科・乳腺外科 (メディックメディア)

## こんなパンフレットもあります

- ・トイレが近くて困っていませんか?
- ・知って治そう! 泌尿器科編 感染症

## よくわかるサイトはこちら

- 排尿トラブル改善.COM  
<http://www.hainyou.com/>
- 頻尿・尿漏れのここカラダ  
<http://ur.cocokarada.jp/column/01.html>

## ちょっと相談してみたい・・・

## こんなことが心配、不安・・・

## 健康生活支援室をご利用ください。

看護師(常駐)が相談をお受けしたり、司書が調べもののお手伝いをします。

医師への医療相談の受付(予約制)や各専門職(薬剤師・臨床心理士・栄養士・ソーシャルワーカー・リハビリ技師など)への紹介ができます。

## 河北総合病院 健康生活支援室

場所:本院本館1階

利用時間:月～土 9:00～16:30  
(日曜・祝日・年末年始はお休みです)

## ご存知ですか?

頻尿と思われる方は、受診前に一度意識的にトイレを我慢して見ましょう。  
それでも改善しなければ受診をしましょう。

