

## 泌尿器科の真実

永井 敦

川崎医科大学 学長付特任教授

川崎医科大学附属病院 病院長

(令和5年1月17日受理)

### 1. はじめに

2022年3月31日付で川崎医科大学泌尿器科学教授を定年退職いたしました。2月24日の最終講義では多くの方々に聴講していただき感謝の念に堪えません。また、これまで大変お世話になりました川崎学園関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

最終講義のタイトルを「泌尿器科の真実」とさせていただきます。これは、私が書いた『男性機能の「真実」』という書物のタイトルに倣ったものです。死ぬまでに本を出版したいと思い、私の研究の柱の一つである男性機能に

特化して書いた本です。お蔭様で重版され、電子書籍化もされました。これを読んだ方々が、遠方からも私の外来へ来られることもありました。

最終講義の内容も含めて、退職に際した思いを随筆形式で紹介させていただきます。

### 2. 2006年1月、4人からのスタート (図1)

2006年1月に川崎医科大学に着任しました。その当時、医局員は私を含めて4人でした。この4人で外来をこなし、多くの手術を手掛けたわけです。医局員を増やすためには、飲みニ

## 着任後の経歴



図1

ケーションが欠かせません。午前様になるまで学生たちと交流を深めました。お陰様で、教授職16年の間に、入局者が20名という有難い結果となりました。赴任した当時の仲間は、本学出身の常義政講師、藤井智浩講師、そして大学院生だった原 綾英先生です。いわば戦友です。

### 3. 倫理委員長

着任2年目で、川崎医科大学・同附属病院倫理委員会の委員を拝命しました。大学生時代はマージャンとパチンコに明け暮れて勉強もせず、モラルのかけらもない乱れた生活をしていました。そんな私が倫理に関わるなんて冗談みたいな話です。それより、こんな私が教授に就任したということが奇跡的なことでした。人生何が起きるか分からないものです。その倫理委員を10年務め、結構疲れてしまっただけで「委員を降りたいな」と思っていたら、皮肉なもので、倫理委員長に指名されてしまいました。トータルで14年間倫理に関わりました。

### 4. 副学長補佐・院長補佐

2009年4月に副学長補佐に指名され、大学での教育関係に携わるようになりました。同時に院長補佐に就任し、治験管理室長、先進医療委員会委員長、電子カルテ導入委員長、広報委員長などを務めました。この頃は泌尿器科学教授としても学会等で役職を得て頑張っていました。今思えば、体力と気力に満ち溢れていた時期だったと思います。

### 5. 副院長・学長補佐・病院長

2013年4月に副院長を拝命しました。医療安全管理部長、ベッドコントロールセンター長、患者診療支援センター長、腎尿路血液糖尿病センター長などを務めました。医療安全管理を4年間務めたことは、特定機能病院としてのガバナンスを強化していく上で大きな経験となって

います。

2017年4月には病院の役職を退き、学長補佐、図書館長そして倫理委員長として4年間その役割を果たしました。また、2017年7月から3か月間オックスフォード大学・グリーンテンブルトンカレッジに赴任し、学术交流の機会を得ることができました。現地で多くの方々との国際的交流を持ち、大きな経験となりました。

そして、2021年4月1日付で病院長に就任しました。1年間泌尿器科学教授と兼務でした。病院では新型コロナウイルス対応が大変でした。いきなり、重症者も多数出た第4波の洗礼を受け、結構ハードな1年間でしたが何とか乗り切ることができました。教授退職後は病院長に専念していますが、まだまだ元気で社会の役に立ちたいと思っています。人生100年時代となったので、健康長寿を目指さなければなりません。その秘訣は、次の項目で。

### 6. 男性機能の「真実」

冒頭で、死ぬ前に一度本を出版したかったと述べましたが、ここでこの『男性機能の「真実」』の内容を少し紹介します。この本の表紙の帯には「読むだけで下半身が強くなる本！」と書かれています。医大生への講義では「読むだけで泌尿生殖器学に強くなる本！」と紹介しました。以下にこの本の概要を示します。

#### 1) メンズヘルスを追求

2017年6月にブックマン社より、読むだけで下半身が強くなる『男性機能の「真実」』という本を出版しました。自分がやってきた領域で、死ぬまでに単行本を出したいと思っていたので、夢がかないました。お陰様で少しずつ売れて、2019年1月には第3刷まで発行され、さらに電子書籍化もされるに至りました。

図2はブックカバーの全容です。白と黄色のシンプルなカラーのデザインです。矢印が右斜め上に向かっていて、いい感じの表紙です。し



す。いい歳だからこそ、射精してください。アンチエイジングにつながります」と説明しています。

中高年男性が勃起と射精を維持できているということは、1) テストステロンレベルが維持できている。2) 勃起に関する神経機能が正常である。3) 陰茎海綿体機能が正常＝血管の働きが正常である。4) 性的刺激を積極的に受け入れるよい精神状態である。5) 射精に関する神経が正常である。6) 前立腺や精のうといった射精装置が正常に作動している状態である。つまり、男性の健康状態（メンズヘルス）が良好なことを示しています。男性の下半身が健康であり続ける限り、射精に定年はありません。死ぬまで射精ができるということこそがメンズヘルスにつながるわけです。

この本では、勃起のメカニズムや射精の時の前立腺の働きなどを、一般の方にも理解できるように判りやすく解説しています。図4は勃起のメカニズムを示したオリジナルの図です。

### 3) 我慢汁の真実

泌尿器科医でもあまり知らないカウパー氏腺液について書いた項目を紹介します。題し

て「我慢汁の真実」です。精液は大半が前立腺液と精のう液で構成されますが、一部にカウパー氏腺液が含まれます。尿道球腺液とも言います。性的刺激を受けて長時間勃起が持続すると、尿道の先端から透明な粘り気のある液体が出てきます。射精の前に出てくる液体なので、俗に我慢汁と言われていますが、これがカウパー氏腺液です。糖たんぱく質成分のアルカリ性の粘液です。尿道に残っている酸性の尿を中和する働きがあります。また、性交の際に膣内の酸性度を中和する働きもあります。精子は酸性に弱いので、それを中和することにより、射精後の精子の動きをよくするわけです。さらに、膣内挿入をスムーズにするために陰茎の先端を濡らす役割もあります。性交と授精のために有用な働きをしている大事なものだということがおわかりいただけると思います。

よく我慢汁だけで妊娠したという意見がネット上で見られますが、純粋なカウパー氏腺液の中には精子は含まれません。我慢汁と間違っていたら、実は既に精液が少量出ているために妊娠に至ったということになります。カウパー氏腺は男性ホルモンにより活動が調節されているの

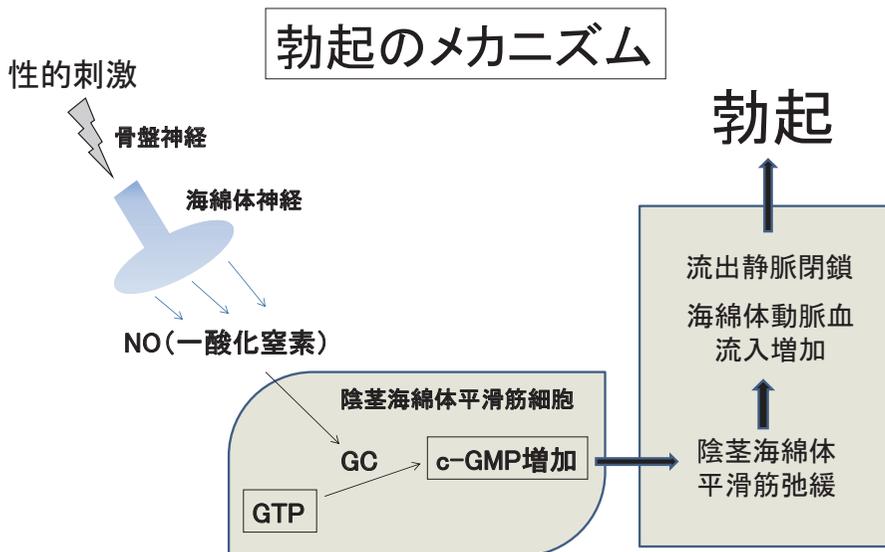


図4

で、中高年で男性ホルモンが低下してくるとその分泌量が減ってきます。

本書ではこの「我慢汁の真実」のように、小項目に興味を引くタイトルをつけて、中身を読みやすくする工夫も凝らしました。例えば、「コンドームの真実」「謎のティッシュペーパー」「射精のすすめ」「男と女に分かれ道」「男のオルガズム考」「腹上死の真実」などです。

#### 4) 射精も前立腺の有酸素運動！～前立腺の若さを保とう～

50歳を過ぎると前立腺肥大症や前立腺がん罹患する確率が高くなりますが、前立腺の健康を保つことでその危険性を少なくすることができます。射精は前立腺の健康に良いのです。性交やマスターベーションによる陰茎の刺激で射精が近づくと、前立腺の動脈の流れが大変よくなります。しかも、射精の瞬間には前立腺が収縮と弛緩を繰り返します。この前立腺の運動も前立腺の弾力性、いわゆる前立腺の若さを保つために大切なことなのです。

前立腺肥大症の原因の一つに動脈硬化があります。動脈硬化で骨盤の血液の流れが悪くなると前立腺をめぐる血流も悪くなり、その結果肥大症になるのです。前立腺の血流をよくするにはもちろん全身の動脈硬化を防ぐ努力も必要ですが、射精をしっかりすることが前立腺の血管の健康を保つことにつながると私は考えています。現に、射精の瞬間を超音波カラードプラ装置で捉えた我々の研究では、実際に陰茎の刺激によって前立腺の血流がよくなることが証明されています。

#### 5) 誰でも簡単にできる前立腺がんの予防法

前立腺がんの予防法についてもいろいろな説があります。射精の回数と前立腺がん発生の関係を調べた論文で、射精回数が多い方が前立腺がんの発生が少なかったという米国ハーバード大学の発表があります。具体的には月に21回以上

射精したグループが、そうでないグループより前立腺がんになりにくかったというものです。精液の一部である前立腺液を放出しないと、古くなった前立腺液中に発現する刺激物質が前立腺の細胞そのものに悪影響を与えて、がんの発生を促す可能性があると言われてます。つまり、射精によって前立腺液を放出する行為が重要となります。過度の射精が前立腺に悪い影響を与えるというデータはほとんど見当たりません。射精をたくさんしたほうが男性の健康に良いということがわかります。月21回の射精はちょっときついかもかもしれませんが、とにかく頻回に射精することは悪いことではありません。

#### 6) 性生活とアンチエイジングの素敵な関係

本の後半では、性とアンチエイジングについて解説しています。テストステロンが低下することに伴う、中高年男性にとって良くない症状が出現する LOH（加齢男性性腺機能低下）症候群の解説と、テストステロン濃度を保つことが男性にとってアンチエイジング、メンズヘルスにつながるという話です。また、ED（勃起障害）と心血管系疾患との関連についても触れています。

ED は心筋梗塞の前触れだと言う論文があります。心筋梗塞は心臓の冠動脈が詰まって起きるものですが、冠動脈の血管の太さは3～4mm あります。勃起に必要な陰茎深動脈の太さは1～2mmです。全身のあらゆる動脈がすべて同じ進行度で硬化が進むとすれば、心臓の冠動脈が詰まって心筋梗塞になる前に ED になるというわけです。ED になって、さらに動脈硬化が進行すれば、いずれ冠動脈も詰まってしまい、心筋梗塞を発症して死に至るということになります。その期間は最低2年。特に糖尿病の患者さんが ED になった場合、「このまま放置すればあなたは2年後に心筋梗塞で死にますよ」と言って良いくらい正確なデータが出ています。

医大生の講義で私が必ず言うフレーズです。「心臓の冠動脈が詰まって起きるのが心筋（しんきん）梗塞，陰茎の陰茎深動脈が詰まって起きるのが……ちんちん梗塞……失礼」。

EDをあなどるなかれです。その他，本書では体位の話やED治療薬の情報提供をして，大切なパートナーとの大事な時間を共有しましょうと説いています。性生活の知恵やスキップの重要性など，さまざまな話題を提供しています。

### 7) ED 治療薬の真実

ED治療薬であるPDE 5阻害薬の血管若返り作用についても説明を加えました。ED治療薬を2日に1回，3ヵ月間服用した人は，プラセボに比べて明らかに血管拡張反応がよくなります。それを裏付ける証拠として，同様の内服で，動脈硬化などで傷ついた血管内皮を修復する血管内皮前駆細胞が1ヵ月で有意に増加することもわかりました。

さらに，我々が研究した日本人における初のデータも示しています。PDE 5阻害薬のタダラフィル5mgを連日投与した患者で，実際に血管拡張反応がよくなったことを証明しました。血管年齢も3ヵ月で平均3.7歳若返ったというデータを発表しています。

血管内皮前駆細胞と脳卒中，心筋梗塞など心血管系疾患の死亡率を調査すると，血管内皮前駆細胞が少ない人ほど明らかに死亡率が高いということがわかっています。以上より，ED治療薬を内服すると心血管系の病気を予防できる可能性があるという結論に達します。ED治療薬は血管を若返らせるアンチエイジング作用があるということです。ED治療薬には，他にも記憶力の改善，糖尿病で障害された神経の回復効果，そして排尿機能を改善させることが分かっています。

### 8) 下半身にまつわる怖い話

長く泌尿器科医をやっていると，下半身関連

の怖い事実もたくさん経験します。啓発のつもりで，持続勃起症，陰茎折症，陰茎弯曲症，膀胱異物，オーラルセックスで大出血，黒焦げのおちんちんなど，ちょっと怖くて哀しいエピソードを書かせていただきました。皆さんも，下半身に関するちょっとした切ない経験があるのではないのでしょうか。人間というのは，実に面白いものです。

### 9) 妻だけED

2015年の医師国家試験に「性機能障害のうち心因性勃起障害の可能性が最も高い訴えはどれか」という問題が出ました。解答は以下の5つから1つ選びます。

a「自慰でも勃起しません」，b「射精しても快感がありません」，c「妻に対してだけ勃起しません」，d「性欲がなくなりました」，e「性的な興奮を感じたことはありません」です。答えはcです。医師国家試験に「妻だけED」が出たかと驚きました。全国の医学生も戸惑ったとみえて，正解率は約85%でした。

ここで一句。「女房に 頭も龟头も あがらない -あつしー」この国家試験問題が出される前から私が作っていた川柳です。思い当たる男性も多いかもしれません。しかし，「妻だけED」は熟年離婚の原因になります。素晴らしいカップルライフを送るためにも，奥さんに燃えるような感情を持ちましょう。

ちなみに，2018年の医師国家試験には，なんと陰茎折症が出ました。「性交中に鈍い音と同時に陰茎に激痛があり，痛みが持続するため受傷2時間後に来院した」患者さんの陰茎の写真があり，その病態を答えさせるものです。「陰茎海綿体損傷」が正解です。今の医学生は大変です。

### 10) がんを負けない下半身術

前立腺がんサバイバーが増え続けています。実は，泌尿器科医は毎年大量のED患者さんを

前立腺がんの治療で作り出してしまっているのです。ロボット補助手術で、勃起神経を温存しながら前立腺全摘除術をする技術も発達してきましたが、どうしてもEDとなってしまう患者さんは少なくありません。前立腺がんは克服したけれどEDになってしまったがんサバイバーが多くいるのです。いかにEDを防ぎ、QOLの高い治療を行い、幸せなカップルライフを築いてもらうか、これらの内容も啓発のつもりで詳しく書いています。

### 11) 性に定年はありません

ある会で80歳を過ぎた先輩医師がおっしゃいました。「永井君、最近精液の量が減ってきたよ。いい方法はないかねえ」大いに安心しました。80歳を過ぎてなお、勃起と射精能力を保って、現役で医療をされているのです。こう答えました。

「先生、射精があるのは素晴らしいことです。精液量が減るのは産生能力の低下だと思えますが、とにかく勃起と射精だけは死ぬまで維持できるように努力してください。どんな形でもいいですから、週に2回は射精してくださいね。サプリやED治療薬を使用して、場合によってはテストステロンを使用して、いつまでも元気で現役でいてください」

週に2回の根拠は、週に2回以上射精するグループは2回未満のグループに比べて、明らかに心筋梗塞と脳卒中の発生率が少ないという有名な論文の引用です。

人間社会には定年と言うものがありますが、性に定年はありません。男も女も、性に卒業という言葉はありません。死ぬまで性を謳歌して、素敵なカップルライフを築きましょう。

### 12) 日めくりカレンダー

若い頃から、下半身に関するいろいろなギャグやことわざのパロディを書き留めていました。飲み会の席や、手術が終わってほっとして休憩室にいる時に、同僚や後輩が口にした言葉

や、考え付いた言葉をメモしていました。

何の役にも立たないどうでもよいことですが、本書では日めくりカレンダーとして光を当ててみました。オリジナルも結構あると自負しています。しかし、インターネットや雑誌等既出のものや類似のものも混じっているかも知れません。一部を紹介します。

1日【一念勃起】ここは一念発起、頑張っ  
て…

3日【あっ危ない！ 射精は急に止まらない】  
膣外射精避妊法は危ないですよ。

4日【射精一秒、子が一生】注意一秒で一生  
の不覚を防げます。

7日【ばたんチュー】見境なく突然訪れる不  
倫の危機。男女の仲は…

15日【金払い、ついでに性病デリバリー】デ  
リヘル、わざわざお金を払って性病を買う  
なんて…

19日【旅のマスはかきすて】旅先での射精は  
格別。マスターベーションなら安全。

25日【白い巨根】医学部の闇？を描いた超大  
作？

26日【白い亀頭】ちょっと頼りない？

30日【女房に 頭も亀頭も あがらない】妻  
だけED。皆さんも心当たりが？

31日【勃たぬなら、勃たせてみせよう泌尿器  
科】勃たないものは待っていても勃ちま  
せん。泌尿器科へ直行しましょう。

泌尿器科実験室の今城さんが、この日めくり  
カレンダーから、本物の日めくりカレンダーを  
作ってくれました。感激しています。この場を  
お借りしてお礼申し上げます（図5）。

### 13) 人生100年時代

日本は今や超高齢化の時代です。人口ピラ  
ミッドは団塊の世代が男女とも突出した状態  
で、少子化に伴って逆ピラミッド型になって  
います。人生100年時代と言われるまでになっ  
てきました。このような時代に、高齢者が若い



図5

人たちに経済的におんぶに抱っこで生きていくのは、大変難しい事になります。年金もどうなるか分からない今、人は何歳になっても健康であり、出来る限り自活していく必要があります。そのためには病気になる生き方が重要です。今、いろいろな健康法やアンチエイジングの書物が発行されています。みんなそれぞれ将来のことを考えている証拠です。この本は男性の下半身を元気にすることを目的に書きました。男性の下半身を健康に保つことこそが全身の健康、すなわちアンチエイジングにつながります。この原稿を読まれた皆さんも、男性の下半身に関する正しい知識を身につけ、泌尿器科的アンチエイジングを実践していただければ幸甚です。

## 7. ブレまくった人生

『男性機能の「真実」』のエッセンスはいかがでしたでしょうか。男性の皆さんはぜひ実践してみてください。奥様もぜひご主人に勧めてください。

さて、冒頭で人生何が起きるかわからない、と述べましたが、考えてみればブレまくった人生でした。医師になった後によく聞かれた質問が3つあります。何で医者に？何で泌尿器科に？何でEDを？です。

もともと引っ込み思案で内向的な性格でし

た。ですから人を相手にする医師になるなんて考えられませんでした。エンジニアになりたいとずっと思っていました。そこで電子工学科を目指し、まずは私立大学に合格しました。しかし、国立大学は不合格。そのまま東京の私大に行けば、今のカミさんにも出会わずに済んで、平和な毎日が過ごせたのではないかと今でも本気で思うことがあります。

結局、家庭の事情で浪人することになりました。予備校は寮生活です。しかも、4人相部屋。私以外は全員医学部志望でした。「医者ってそんなにみんななりたがるものかなあ」私が問うと全員が「そりゃそうだよ」と言います。また、ブレてしまいました。医学部志望に変更です。岡山大学医学部に入学しました。ちなみにこの岡大のキャンパスで今のカミさんと出会ってしまったわけです。人生何が起きるかわかりません。

## 8. 整形外科医になるはずが…

当時は大学卒業までに入局先を決めていました。大学時代は整形外科に興味があり、整形外科医を目指していました。しかし、またブレてしまいました。泌尿器科に入局することになったのです。そのきっかけは単純です。愛光高校出身者で構成する愛光会というものがあり、その先輩が一度泌尿器科医局に遊びに来いと言っ

てきので、気軽にお邪魔したところ、そのまま寿司屋に連れていかれて、結局その日のうちに泌尿器科に入局する宣言をしてしまったのです。

小中学生の頃から医師を目指し、崇高な志で医学部入学を果たし、研究や臨床で人々に貢献するという医師が多い中で、私は流されるまま医師になってしまいました。今思えば恥ずかしい限りです。

### 9. 一般病院で医師人生を終えるはずが…

泌尿器科に入局し研修を終え、博士号取得後に日本鋼管福山病院（当時の名称）で科長として勤務しました。医師人生の最終目標を勤務医で終えたいと思うようになり、福山を終の棲家とすべく、家を建てようと計画していました。手頃な土地も見つかってそろそろ契約しようかという時に、教授から電話がありました。帰局命令です。命令には逆らえません。というか、何事にも Yes という習慣だけは身につけていました。

父親に浪人しろと言われて、Yes。泌尿器科に入局しろと言われて、Yes。日本鋼管福山病院に行けと言われて、Yes。何事にも Yes という習慣と言うと聞こえが良いですが、実は当時は主体性がなかつただけかもしれません。

### 10. 大の苦手がいつの間にか得意に…

帰局後、教授から「君にはEDをやってもらおう」と言われました。当時EDは日の当たる分野ではありませんでした。私自身、最も嫌いな範疇でした。なんで俺が勃起しないペニスを診なければならぬんだ、と思いながら渋々足を突っ込みました。嫌々ながらも没頭して研究するうちに、好きになるものです。いつの間にか勃起したおちんちんを見ると頬ずりをしたくなるくらい喜びを感じるようになりました。EDの大家なんて言われるようになり、週刊誌をはじめとする取材も多くなり、コメントを求められることも多くなりました。図6は私の記事が掲載された週刊誌等の表紙を集めたものです。



図6

このころから、何にでも Yes と言おう。No と言った瞬間に、チャンスはなくなる。可能性を自ら閉ざすことになる。頼まれ事は試され事、と強く意識するようになりました。

#### 11. 大嫌いだっただ顕微鏡や内視鏡が…

学生の頃、病理実習や臨床実習で顕微鏡や内視鏡を覗くと、なぜかめまいがして気分が悪くなっていました。耳鼻科や眼科など、器具を使って狭いところを覗いて治療するような科は絶対不向きだと思っていました。当時、泌尿器科は切った張ったの世界です。バサッと腹を切って尿管結石を取り出したり、腎臓を摘出したりしていました。自分にぴったりの科だと思っていました。

しかし、医療の進歩とともに、だんだん内視鏡が主体となってきました。顕微鏡手術も発達してきました。またまた命令です。腹腔鏡手術と顕微鏡手術をやりなさい。結果的には、死ぬ気で頑張れば何でもできることが分かりました。苦手意識はなくなり、むしろ楽しみさえ覚えるようになりました。前立腺がんに対する腹腔鏡下前立腺全摘除術のメッカであったフランスに、手術を習いにいけと言われました。Yes です。ボルドー大学の関連病院にお邪魔しました。帰国後、岡大泌尿器科で初の腹腔鏡下前立腺全摘除術を行い、後進の指導にも当たりました。

顕微鏡手術もたくさん行いました。Yes と言ったお陰で、引出しが増えました。論文を書きなさい。Yes。川崎医科大学泌尿器科学の教授選に立候補しなさい。Yes。言われるままにやってきた結果が、今の自分につながったわけです。人生何が起きるか分かりません。

#### 12. Yes, Choice, Thanks

川崎医科大学に赴任し医局員が増え始めた頃、このモットーを発表しました。何にでも

Yes と言おう。No と言った瞬間に可能性は消える。人生はいろいろな選択肢がある。迷った時には難しい方を選ぼう (Choice)。安易な方向に向かないことが重要だ。そして、何事にも感謝 (Thanks) の気持ちを持とう、です。

おかげさまで川崎医科大学泌尿器科学教室は、私の在任期間中に20名の新入医局員を迎えることができました。また、スタート時の人手不足の時には、岡山大学泌尿器科からも応援を頂きました。皆がよく泌尿器科医局を支えてくれました。感謝の気持ちで一杯です。

医局の皆さん、同門会の皆さん、学園スタッフの皆さん、学生の皆さん、全ての方々に感謝いたします。

#### 13. 感謝

教授定年退職後も川崎医科大学附属病院長として、引き続き川崎学園の一員として働いています。新型コロナウイルス対応や医師の働き方改革、地域医療連携の推進など、多くの課題を抱えていますが、幸い病院の優秀なスタッフに支えられており、もう少しだけ頑張ってみようと思っています。枯れることなく前に進もうと思います。

今回、この原稿を書く機会を与えていただき、これまでの人生を総括する良いきっかけになりました。改めまして、これまでの皆様のご支援とご高配に心から感謝申し上げますとともに、川崎学園、川崎医科大学、同附属病院の益々のご発展を祈念しまして、ご挨拶とさせていただきます。