

# けんこうファミリー 204

社会医療法人大連会 〒536-0023 大阪市城東区東中浜1-5-1 TEL06 (6962) 9621 2015年11月26日発行 <季刊発行>

号

医師が詳しく解説 ドクターズ・トーク

## 脱腸（鼠径ヘルニア）について

下腹部が「ふくらむ・飛び出る・引っ込む・痛い」の症状があれば外科を受診しましょう

脱腸（鼠径へそけいヘルニア）は、子供の病気というイメージが強いですが、実は大人にも多く、治療としては手術が必要です。今回は脱腸（鼠径ヘルニア）についてご紹介します。

### ヘルニアは脱出の意味

「ヘルニア」は「脱出」を意味しますので、鼠径ヘルニアも腰痛で耳にする椎間板ヘルニアも広い意味ではヘルニアの仲間です。鼠径ヘルニアは昔から「脱腸」とも呼ばれ、本来閉じているはずの脚の付け根の筋肉のすき間（鼠径管）



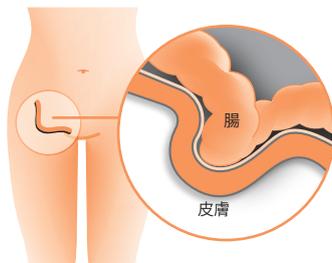
高木 睦郎 医師

平成9年 広島大学医学部卒業  
日本外科学会専門医。日本脈管学会認定脈管専門医。日本救急医学会救急科専門医。厚生労働省認定麻酔科標榜医。腹部スプリントセラピー指導医。JATECインストラクター。大阪府知事指定難病指定医。平成27年3月より森之宮病院勤務。

を通じて、腸等が出てくる状態です。脂肪の塊や女性では卵巣等が飛び出したり、男性の陰嚢（いんのう）が腫れて見える場合もあります。大人では中高年に多く男女共に見られ、加齢でお腹の圧力に対する筋肉が弱くなるためとも考えられています。急に脱腸になった場合、ウエイトリフティングを始めた等の特殊な状況でない限り、大腸がんや前立腺肥大等の病気が隠れている事もあり、要注意です。

### 鼠径ヘルニアの治療法

鼠径ヘルニアの分類は腹部と脚の境のスジ（鼠径靭帯）の上方下か、鼠径靭帯の上でも内側か外側かに分かれ、さらにそれぞれその出口の大きさによっても分けられています。治療はいずれもトンネルの出口を塞ぐ必要性があるため薬や筋トシでは効果がなく、手術しかありません。



典型的な「鼠径ヘルニア」の例

まま使う方法、立体的に折り込まれたもの（プラグ）を入れる方法、シートでも筋肉の弱い部位の外側からあてる方法・内側からあてる方法（クワゲル法）、さらに最近は腹腔鏡というお腹に小さな穴をあけて内側からメッシュを縫い付ける方法も増えてきており、それぞれに一長一短があります。お子さんの鼠径ヘルニアの場合は、成長の問題もあり人工物であるメッシュを使用する事はまずありません。

以前は痛みのため、術後2週間の安静入院が必要と言われた時期もありましたが、最近は麻酔の技術の発達もあり日帰りで鼠径ヘルニアの手術を行っている施設も増えており、特に仕事で長くは休みを取れない方々に好評です（筆者の知り合いの外科医には、午前中に自分自身が鼠径ヘルニアの手術を受け、その日の午後には他人の鼠径ヘルニアの手術を執刀するというツワモノもいました）。

いずれにしてもご自身のもともこの病气や、鼠径ヘルニアのタイプによって若干治療法も違ってくるので、具体的な手術方法・麻酔方法はやはり数多く症例にあたっていている専門医とよく相談する事をおすすめします。

その方法としてつい最近まで、ほぼ百年前と同じような手法が行われていました。出っ張っている自分の組織を引っ張りながら縫い合わせる手法です。この方法では再発率が高く強い痛みが生じるため、新たに化学繊維製のメッシュ（網）を筋肉の弱い部位に固定する方法が開発されました。再発率も10%強から1%以下に低下し、引きつる痛みも格段に減りました。メッシュを使う方法も、メッシュをシートの

乳幼児の場合は鼠径ヘルニアの診断がついてもしばらく経過をみる事がありますが、大人の場合は陥頓（かんどん）：飛び出た腸が筋肉のすき間にはまり込む事。緊急手術が必要）の危険性もあり、診断がついた時点で手術をすすめられます。鼠径ヘルニアで飛び出す度に痛みや重苦しさを感ずるようであれば、早めに手術を受けられると心身共にすっきりしてその後の日常生活をより快適に過ごせるようになるのではないのでしょうか。

# ご注意下さい!! 間もなく、ウイルス感染症の流行時期です

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、秋には色々ありますが、秋から冬にかけてはウイルス感染症も流行る季節。美味しい秋、楽しい秋を満喫するためにも、ウイルス感染症にはご注意下さい。

発表！  
秋から冬にかけて登場する  
ウイルスワースト3

## 第1位 インフルエンザ

インフルエンザは、秋冬に流行する、ウイルス感染症の一種。「風邪」は鼻や喉に

症状が現れるのに対し、イン

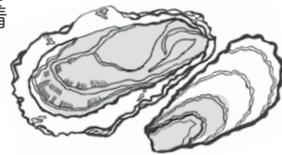
フルエンザは急に38〜40℃の高熱が出るのが特徴で、さらに筋肉痛や関節痛等の症状が強く現れることがあります。重症化すると、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者では命にかかわることもあります。



## 第2位 ノロウイルス

生ガキの美味しい季節に登場するのが、ノロウイルス。カキ等の魚介類の内臓に付着

しており、生のままで食べると感染する恐れがあります。しかし、熱に弱いという性質を持っているので、加熱すれば大丈夫。また、感染した人の嘔吐物や便から二次感染を起こすこともあります。



## 第3位 ロタウイルス

ロタウイルスは、抵抗力の弱い乳幼

児が感染すると下痢や嘔吐といった特有の症状を発症します。大人は感染しても発症しにくいのが特徴です。外部との接触があまりない乳幼児が感染する原因の多くは、感染に気付かない大人からうつされるケースが多いようです。



## 三種の神器



ウイルスから身を守る  
「三種の神器」がこれだ！

免疫力を高めて  
ウイルスに負けない  
体をつくろう

「三種の神器」でもウイルスは完全には防げません。そこで大事なのが、体の免疫力を高めること。そのためには、規則正しい食事と十分な休息が大事。免疫力を高める栄養素の代表がタンパク質やビタミン等。積極的に摂取して、ウイルスに負けない体を作りましょう。

免疫力を  
高めよう！



気温差が激しくなるこれからの時期、風邪等を引く人が増えてきます。市販の薬を3〜4日間飲んで症状が治まらない場合は、必ず医療機関で受診しましょう。ウイルス感染を防ぐためには、手洗いやうがい基本です。

## 自動車事故による脳損傷者の 短期入院受け入れについて

独立行政法人自  
動車事故対策機構  
(NASVA:ナスバ)

は、自動車事故の被害に遭われた方々の支援を行う団体です。NASVAでは、自動車事故により脳や脊髄等に重度の後遺障害を負い自宅介護を必要とする方に、介護料を支給し、訪問支援を行っています。また、介護料の受給者が病院や施設に短期入院・入所した場合に、かかった費用の一部を助成しています。

ボバース記念病院では、NASVAの介護料受給資格を持つ、在宅療養中の重度後遺障害者の短期入院を受け入れています。受け入れの対象となるのは脳損傷の方で、原則として15歳以上の方を対象としますが、中学生以上であればご相談に応じます。1回の入院は、原則2日以上14日以内ですが、年間通算30日の範囲内で、複数回の入院が可能です。ただし、初回の入院は2日間とさせて頂きま

す。  
ご入院中、平日にはリハビリテー

ション(理学療法・作業療法・言語聴覚療法)も提供しております。家庭での暮らしを支えるために、ご家族にも治療に参加して頂ければ、ご本人の機能維持を共に援助することができます。また、MRI・CTその他、医師が必要と認めた各種検査を実施し、身体の状態を把握するようにしています。

入院のお申し込みや、ベッドの空き状況のお問い合わせは、医療相談室にて承っております。お問い合わせ頂ければ、概要をお伺いし、必要書類をお送りします。書類が整いましたら、事前診察を行い、入院日を調整させて頂きます。

なお、こうした短期入院を受け入れる協力病院が、平成27年3月現在、全国に139カ所、大阪府内に9カ所あります。受け入れ病院に関する詳細情報は、国土交通省のホームページにてご確認頂くか、医療相談室までお問い合わせ下さい。

(ボバース記念病院診療部医療相談室課長 岸仲江)

### 知っておきたい 薬のQ&A



薬剤師が  
皆さんからの  
薬についての不安や  
疑問にお答えします。

## Q 「がんの痛み治療に用いる 「医療用麻薬」について教えてください

**A** 「麻薬」と聞くと皆さんはどんなイメージをお持ちでしょうか？麻薬中毒になる、寿命が縮む、がん末期の最後の手段、麻薬を使うといつか効かなくなる、がん治療の妨げになる等、多くの患者さんが身に悪いイメージをお持ちです。ですが、これらは全て誤解です。がんの痛みのような強い痛みのある患者さんが、医師の指示通り使用する分には、中毒になることはありませんし、寿命が縮むこともありません。「医療用麻薬」は、違法に使用される麻薬とは異なり、有効性・安全性が確認された、国が承認した薬です。

痛みを我慢していると、食欲がなくなったり、眠れなくなったり、不安になったり、自分のしたいことができなくなってきました。ご自身が辛いだけでなく、家族等、周りの人も辛い気持ちになってしま

います。また、痛みは血液検査のように、医療スタッフが目で見分けるものではありません。本人にしか分かりませんので、我慢せずに痛みのあることを医療スタッフに伝えることが大切です。痛みを伝える時のポイントは、いつ、どこが、どのように痛いのか(鈍痛、締め付けるような、ビリビリ等)、痛みの治療に満足しているかどうか等です。

また、「医療用麻薬」の主な副作用は、便秘、吐き気、眠気です。便秘・吐き気は症状に合わせてお薬を使って和らげることが出来ます。眠気の多くは服用を続けているうちに治まってくるのがほとんどです。

早く痛みを取って、自分らしい生活を送りましょう。

(森之宮病院診療技術部薬剤科 力石慶子)

# BOX

## 森之宮病院でCOPD 呼吸リハビリテーション 入院を始めます

森之宮病院では、タバコの煙等の有害物質を長期間吸ったために肺に炎症が起きるCOPD(慢性閉塞性肺疾患)の患者さんを対象に、自己管理方法の習得を目的とした2週間の呼吸リハビリテーション入院を開始します。

COPDになると肺に炎症が起き、気道が狭くなったり、肺胞が破壊されて息切れを感じるようになります。咳や痰が続くようになります。「息が切れる」「動かない」「食欲不振」「痩せる」「体力や筋力が低下する」「息切れが悪化する」の悪循環をおこさないために、医師、看護師、薬剤師、栄養士、理学療法士、作業療法士、ソーシャルワーカー等が介入し、薬を正しく服用する事(服薬指導)、体力を高めるために栄養価の高いバランスのとれた食事をする方法(栄養指導)、適度な運動をして体力を維持向上する方法(運動療法)、エネルギーを節約しながら洗面・排泄・入浴等の動作を行う方法(動作指導)を指導します。また、自宅での暮らしや看護、介護の心配事のご相談にもあります。病気の進行を抑えるため、病気に対する日

頃からの自己管理方法を理解し、実践できるようになることが大切です。

COPD呼吸リハビリテーション入院をご希望の方は、森之宮病院・内科の北田修医師の診察をご予約下さい。

(森之宮病院リハビリテーション部理学療法科科长 和田和美)

### 第295回健康教室 開催報告

平成27年7月23日(木)13時30分より、大道クリニック2階会議室において、第295回健康教室を開催致しました。

第1部はボバース記念病院看護部・掛越逸子科長が「今日から始めましょう 足腰鍛えて寝たきり予防」について講義しました。

□□モティブシンドローム(運動器症候群)は、放っておくと要介護につながります。歩くのが遅くなったりと感じたら脚の老化のサインで、主な原因は①膝関節の軟骨がすり減る(変形性膝関節症)、②加齢による脚の筋肉の衰えです。全身の健康の鍵は、脚の筋肉を維持する事であり、それらを維持することは、健康的に臓器を保つことにも役立ちます。歩行に必要な脚力を取り戻す為には、日頃の運動と食生活が大切であり、寝たきり予防にもつながります。

第2部は在宅事業部・安井学統括管理者が「健康寿命って何!」と元気で長生きの秘訣をお教えします。について講義しました。

健康寿命とは、日常生活に介護を必要としない自立した生活ができる生存期間の事を言います。病気を治す事よりも、うまく付き合う事を重視し、人生を楽しむ事が重要です。(ボバース記念病院事務部庶務課高木剛)

### 健康教室にご参加下さい!

月に1度、大道クリニック2階会議室において健康教室を開催しています。時間は13時30分より、参加は無料ですので、お気軽にご参加下さい。詳細は各病院のポスターをご覧ください。

第299回 11月26日(木)

### 300回記念講演のご案内

健康教室が300回を迎えたことを記念して特別講演を開催します。奮ってご参加下さい。

演題:「地域で支えよう認知症」  
〜認知症サポーター養成講座〜  
日時:12月17日(木)13時30分より  
会場:森之宮病院2階ウッドイホール



- 社会医療法人大道会本部 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 1 丁目 5-1 TEL 06(6962)9621 FAX 06(6963)2233
- 森之宮病院 〒536-0025 大阪市城東区森之宮 2 丁目 1-88 TEL 06(6969)0111 FAX 06(6969)8001
- ボバース記念病院 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 1 丁目 6-5 TEL 06(6962)3131 FAX 06(6962)8064
- 森之宮クリニック(P E T 画像診断センター) 〒537-0025 大阪市東成区中道 1 丁目 3-15 TEL 06(6981)9600 FAX 06(6981)3456
- 帝国ホテルクリニック(人間ドック) 〒530-0042 大阪市北区天満橋 1 丁目 8-50 帝国ホテル大阪 3 階 TEL 06(6881)4000 FAX 06(6881)4008
- 大道クリニック(人工透析) 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 1 丁目 4-25 TEL 06(6961)5151 FAX 06(6961)5131
- 介護老人保健施設グリーンライフ 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 9 丁目 3-9 TEL 06(6965)0666 FAX 06(6965)0606
- 訪問看護ステーションおおみち 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 1 丁目 2-17 第2 栄泉ビル 2F 202 号 TEL 06(6967)1123 FAX 06(6962)3328
- 訪問看護ステーション東成おおみち 〒537-0021 大阪市東成区東中本 2 丁目 9-26 ジョイフル遠山 1F TEL 06(6977)8680 FAX 06(6977)6835
- ケアプランセンター城東おおみち 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 1 丁目 2-17 第2 栄泉ビル 2F 201 号 TEL 06(6964)5285 FAX 06(6962)3346
- ケアプランセンター東成おおみち 〒537-0021 大阪市東成区東中本 2 丁目 9-26 ジョイフル遠山 1F TEL 06(4259)5311 FAX 06(6977)6835
- レンタルケアおおみち 〒536-0023 大阪市城東区東中浜 1 丁目 2-17 第2 栄泉ビル 2F 201 号 TEL 06(6967)6250 FAX 06(6962)3346
- 特別養護老人ホームサンローズオオサカ 〒537-0003 大阪市東成区神路 1 丁目 10-3 TEL 06(6974)7388 FAX 06(6974)7391
- 東成山水学園(保育園) 〒537-0012 大阪市東成区大今里 2 丁目 19-18 TEL 06(6974)7377 FAX 06(6976)9777