

KADERU

(かでの)

Vol. 19



[釧路 鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリ]
撮影 狩野利夫

Contents

- 「鼠経ヘルニアって、お腹の内側からはどう見えるの？」
高屋 誠吾 医師
 - 脳の病気 No.3 「未破裂脳動脈瘤」<梅森 勉医師>
 - 第9回 放射線治療のおはなし <唐澤 久美子教授>
 - 教えて!矢作先生~!! No.5 「五十肩」 <矢作 宏医師>
 - トピックス
- ・マンモサンデー開催報告 ・冷×温について



もしかして**脳卒中**?! ~ こんな症状があれば様子見ではなく、すぐに119番へ! ~

F ace (フェイス)
顔の歪みや
顔の麻痺

A rm (アーム)
腕や足に
力が入らない

S peech (スピーチ)
言葉が出ない
ろれつが回らない

T ime (タイム)
症状に気付いたら
至急119番!

Time is Brain (時は脳なり) …脳梗塞の治療では発症より血行再開までの時間短縮が重要です!!

『鼠経ヘルニアって、お腹の内側からはどう見えるの?』

鼠経ヘルニアは鼠径部に膨隆が見られるようになる疾患です。気付いていても様子を見られる方も多いです。しかし放っておくと怖いことも……。さて、この膨れとは一体どういうわけのできるのでしょうか？その答えを知るには、実際にお腹の中からのぞいて見るのが一番かもしれません。

鼠経ヘルニアは鼠径部の筋肉に隙間ができた（小児の場合は生まれつき隙間が残っている）状態です。今回は成人の話として、筋肉にできた隙間からお腹の中の臓器（主に腸管）が外に向かって飛び出してくるのです（だから脱腸とも言われます）。立ったりお腹に力を入れると、隙間から腸が出てきて、結果として鼠径部が膨れます。横になると出た腸がお腹の中に戻るの、膨らみは自然に戻ります。隙間が大きくなれば、膨らみも大きくなります。腸が脱出すると痛みとして感じることもあります。もしも出た腸がはまり込んでしまったら……。それが嵌頓（かんとん）という状態です。今までにない

ほどの激痛が出ます。急いで受診しないと、出た腸が腐ってしまうこともあります。では実際の写真を見てみましょう。図1は正常な右鼠経部をお腹の内側から見た写真です。図2～5は筋肉に隙間ができていない写真です。隙間のできた場所によって、内（図2・4）、外（図3・5）と名前がついています。他に大腿ヘルニアというのもあります。隙間の形、大きさなどは十人十色です。

鼠経ヘルニアの腹腔鏡手術は1990年にはされていましたが、2010年を過ぎた頃から飛躍的に全国に広がり、件数は増加傾向です。腹腔鏡手術のメリットは、隙間を塞ぐときに内・外・大腿ヘルニアが起こりえる3ヶ所を一度にカバーできることです。



外科医長 高屋誠吾



図1：正常な右鼠経部



図2：右内鼠経ヘルニア



図3：右外鼠経ヘルニア



図4：左内鼠経ヘルニア



図5：左外鼠経ヘルニア

脳の病気 No.3 【未破裂脳動脈瘤（みはれつのうどうみゃくりゅう）②】

未破裂脳動脈瘤の破裂率（前号「未破裂脳動脈瘤が破れる確率は？」の詳細）

わが国の未破裂脳動脈瘤の全例調査（UCAS Japan）では、脳動脈瘤の破裂率は、1年間につき0.95%という結果でした。それぞれの動脈瘤の破裂率は（1）場所（2）大きさ（3）形で異なり、

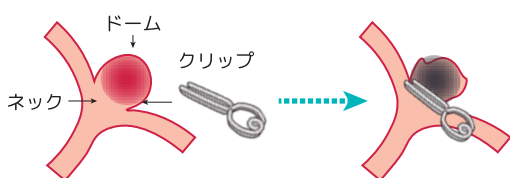
- (1) 場所というと、前交通動脈と内頸動脈・後交通動脈分岐部の2か所が、他の場所に比べて破裂しやすい
- (2) 大きさは7mmを超えると動脈瘤の破裂率が上がる
- (3) プレブというコブの上のたんこぶのような小さな膨らみがあると、破裂は1.6倍上昇する

ことがわかりました。ただし、一つ一つの動脈瘤が破裂するかしないか、ということ完璧に予測することはできません。年間破裂率については、10年間で約10倍になるわけで、その間、「いつ脳動脈瘤が破れるかもしれない」という精神的不安が強い場合、治療を行うことも選択肢の一つとなります。

脳動脈瘤クリッピング術について（前号「未破裂脳動脈瘤の治療は？」の詳細）

脳動脈瘤が破れる確率を下げるか、なくすためには外科的な治療が必要です。(1) 脳動脈瘤クリッピング術 (2) 脳動脈瘤コイル塞栓術の2種類の治療が行われています。(2)については次号説明となります。

(1) 脳動脈瘤クリッピング術 …脳動脈瘤の入り口（首のように細くなっていることが多く、ネックと呼びます）の部分に金属製のクリップではさみ、瘤の中に血液が入り込まないようにする方法です。



最大の利点は、クリップをしっかりとネックの部分にかけることができれば、動脈瘤の再発・破裂の確率は極めて低くなることです。根治性が高い治療といえます。しかし、頭部の皮膚を切り、頭蓋骨を一時的に外して、脳と脳のすき間をたどって動脈瘤を治療する方法なので、頭部、脳などへのストレス（侵襲）がやや大きいこと、また脳

の奥深くに位置した動脈瘤には治療自体が難しい場合があることが弱点です。

次号も「未破裂脳動脈瘤」について詳しくご説明します。



脳神経外科 主任部長
救急センター長
梅森 勉 先生

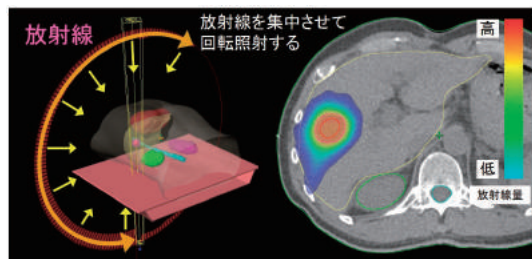
「肝臓がんに対する放射線治療」

ピンポイント照射で幅広い適応

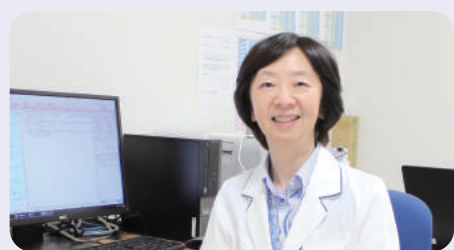
肝臓は腹部の右上に位置する臓器で、血液中の有毒物質を解毒したり、脂肪の消化を助ける胆汁を分泌したり、食事から摂取した栄養分を貯蔵したりしています。肝臓がんの原因の多くは、肝炎ウイルス由来の肝炎で、肝硬変から癌に進展することが知られています。肝臓全体が癌になりやすくなっているのので一度に数か所がなったり、治療してもまた新たな病巣ができることが少なくありません。

肝臓がんの治療として代表的なのは、手術切除、ラジオ波焼灼療法、肝動脈化学塞栓療法で、がんの大きさや個数、肝機能に応じて選択されます。がんが3個以下で肝臓の機能が良好な場合は、手術切除か、手術よりは負担が少ないラジオ波焼灼療法が行われます。個数がさらに多い場合は、肝動脈化学塞栓療法が行われることが一般的です。病状が進行して肝動脈化学塞栓療法でもコントロールできない場合や、他の臓器に転移がある病状では分子標的薬などの全身薬物療法が行われます。

従来、放射線治療は、放射線の治療効果と比較して、有用性が低く、副作用が進行し、近年の放射線治療は、放射線を集中させて回転照射する



肝臓癌に対する強度変調回転照射法 (ピンポイント治療)



唐澤久美子 先生

東京女子医科大学 放射線腫瘍学講座 教授・基幹分野長
青森新都市病院 高精度放射線治療センター長

専門医：放射線治療専門医、がん治療認定医、
乳癌学会乳癌専門医

専門分野：がん放射線療法(特に乳癌など)、粒子線治療

放射線治療技術の進歩により、病巣に放射線を集中させて照射する定位放射線療法(ピンポイント照射法)が取り入れられるようになってきました。定位放射線療法最大の利点は、体への負担が少ないことで、従来の治療法に抵抗性が再発した場合、肝臓の機能が低下してこれらの標準的治療が困難な場合、門脈などの血管の中までがんが広がっている場合、ご高齢でこれらの治療に耐えられない場合などに用いられます。肝臓に対する定位放射線療法の回数は5回が一般的で、1週間外来通院するのみで治療は終了です。病巣の場所や大きさによっては安全のために8回や10回に分けて行うこともあります。

肝臓以外の臓器のがんが肝臓に転移した場合(転移性肝腫瘍)でも、他の治療が困難な場合、薬物療法に抵抗性の場合などでは、定位放射線療法を行うことがメリットになる場合があります。

No.5

五十肩

やはぎ 教えて!矢作先生~!!



五十肩とは、江戸時代に太田全斎がまとめた俗語・方言・ことわざ集に「凡人が五十歳ばかりの時 手腕、骨、節の痛むことあり 程過ぎれば薬せずして癒えるものなり 俗にこれを五十腕とも五十肩ともいふ 又長命病といふ」と記されており、当時の寿命が30~40歳ですので長寿の方の病気でした。平均寿命が80歳代となった今では、中高年の方によく起こる病気の一つです。

1. 症状

症状は、40~50代で肩や腕が痛んで上がらない、衣服の脱ぎ着ができないなどが特徴的で、夜に疼くこともあります。

2. 原因

原因は、加齢による腱や骨、軟骨などの老化と、肩は動く範囲が大きく腱などに負担が大きいためと考えられます。肩の動きをよくする滑液包や関節包が癒着するとさらに動きが悪くなります。



3. 診断

診断は、特徴的な肩の運動痛が診断のポイントです。X線、MRI、超音波検査などもします。なかには石灰沈着性腱板炎、腱板断裂を伴うことがあります。

4. 治療法

治療法は、五十肩は経過に伴い症状が変わり、経過に合わせて肩の安静と運動を適切に使い分けることが大切です。急性期は痛みが強く、肩を動かすときだけでなく、安静時や就寝時にも痛むことがあります。痛みを伴う動作を避けて、鎮痛剤や注射などで痛みの改善に努めます。急性期が落ち着き、痛みは軽減すれば、硬くなった肩をほぐすための運動を行います。肩の拘縮が強く残る場合には、麻酔下に関節の癒着をはがす受動術が行われることもあり、根気良い肩の運動が進められます。



矢作 宏(やはぎ ひろし) 先生

青森新都市病院 トピックス

マンモサンデー 2021 開催報告



毎年10月の第3日曜日に乳がん検診を受診できる取り組み「ジャパン・マンモグラフィーサンデー（JMSプログラム）」に賛同し、今年も10月17日（日）にマンモサンデーを実施しました。毎年多くの方に受診いただいておりますが、今年も19名の方に受診していただきました。

例年は、乳房の中の上り下りを探す体験ができる触診モデルやハンドマッサージコーナー、カフェスペースなどを設置していましたが、残念ながら今年も新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止といたしました。

マンモサンデー 2021 にご参加いただいた皆さま、ありがとうございました！

冷えは
万病のもと



冷

×

温



適切な基礎体温で
健康な身体へ

冷えは大きく4種類に分けられます

『四肢末端型』…エネルギー不足が原因で血流が指先などの末端まで行き渡らず手足が冷える。

『下半身型』…筋力低下や筋肉のコリによる血行不良が原因でお尻や太ももなどが冷える。

『内臓型』…自律神経の乱れ等で交感神経の働きが弱いためお腹・下腹部が冷える。

『全身型』…基礎代謝の低下が原因で常に低体温となり季節問わず寒さを感じる。

冷えが起こすさまざまな不調

免疫力低下…風邪や感染症等を引き起こしやすくなる。

- ・首や肩のこり、腰痛、倦怠感や疲労感など
- ・不眠、意欲低下、イライラ、抑うつなど
- ・肌荒れ、乾燥、シミ、しわ、くすみなど

免疫細胞が正常に働ける体温

免疫細胞が正常に働ける体温は36.5℃～といわれています。体温が36.5℃から1℃上がることで免疫力が活性化して5~6倍上がります。そのため、体温は36.5～37.1℃くらいを目安に維持しましょう。36℃を下回ると免疫力が30%低下し正常に働くことができなくなり身体に様々な不調をきたします。

温めることで起きる身体のこと

『免疫力の向上』…身体を守る細胞が増えることで病気になるリスク、健康を維持することができます。

『巡り』…血管が広がり血液が全身を巡ることで、酸素や栄養が取り込まれ、老廃物の排出が促されます。

『基礎代謝の向上』…消費エネルギーが大きくなり、何もしなくてもカロリーが消費され、太りにくい身体になります。

編集 後記

コロナに揺れた2021年。変異株も気になり、まだまだ気を緩めることはできません。例年の年末掃除は、年始にお客様を迎えるために、目につきやすい箇所の片付けや掃除を頑張りましたが、最近ではお客様を迎える機会が減っています。そこで最近では、自分や家族がおうちで気分よく過ごせるように、「プライベート空間」を充実させるため見直しをしています。皆さんもぜひ一緒に自分や家族のためにプライベート空間を見直してみませんか？（S.K）



面会制限の一部緩和のお知らせ

12月15日より自立されている・介助歩行及び車イス移動が可能な患者さまのみ、対面での面会が予約制で可能となりました。介助歩行や車イス移動が困難な方は引き続きテレビ面会サービスのご利用となりますのでご了承ください。詳しくはホームページまたは院内掲示をご確認ください。