

O's News

2022

12



注射や内視鏡で治す腰椎椎間板ヘルニア治療

脳神経外科部長 脊椎・脊髄センター長 山本慎司

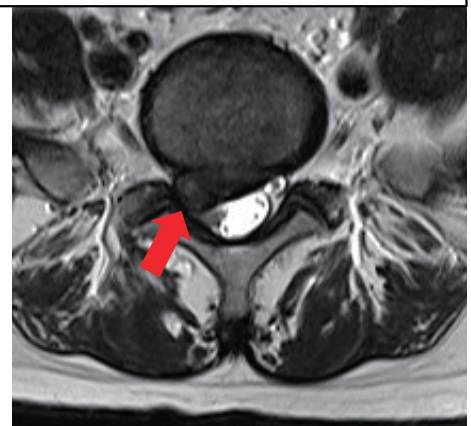
「椎間板」は背骨と背骨の間に存在する「背骨のクッション材」ですが、動きの激しい頸椎と腰椎では特に負担が大きく、年齢とともにどんどん老化し変性します。傷んですり減ってしまいクッション性もなくなりますが、中身の成分が飛び出してしまった状態を「椎間板ヘルニア」と呼びます。腰椎椎間板ヘルニアは突然腰痛が出現することで「**ぎっくり腰**」の状態になり、飛び出したヘルニアが神経を圧迫してしまい激しい足の痛みやしびれをきたすことで「**坐骨神経痛**」の状態になります。神経の圧迫の程度によって症状の程度も様々ですが、圧迫が激しいときは激痛で眠ること寝返りをする事もできなかつたり、足の力が抜けて歩けなかつたり、思うように尿を出せなくなつたりすることまであります。レントゲン検査では椎間板やヘルニアを見ることができませんが、15分程度のMRI検査で簡単に診断できます。

幸い多くの腰椎椎間板ヘルニアは自然経過で軽快するため、疼痛が激しい期間を安静、コルセット装着、鎮痛剤内服、ブロック治療などで乗り切れれば自然に症状が軽減、消失してゆきます。ただしあまりにも症状が激しい場合、数か月たっても症状が十分改善しない場合、症状は我慢できるが仕事上の問題などで早く症状を改善しなければならない場合などは神経圧迫を解除し、症状の早期改善を図ります。

これまで顕微鏡手術や内視鏡手術など様々な手術が行われてきましたが、手術器具の発展改良が進み、現在では腰椎椎間板

ヘルニアに対しては鉛筆と同じ太さの直径8mmの**経皮的内視鏡**を用いた**全内視鏡下手術**(FED、FESS)が一般的になり、本院でも実施しています。局所麻酔(安静が難しい場合などは全身麻酔)で行え、骨の隙間から慎重に椎間板ヘルニアを取り除き、神経の圧迫を解除します。手術時間は1時間程度で、出血はほとんどなく、手術後はコルセット装着も不要で、翌日より歩行していただいています。従来からの顕微鏡手術、内視鏡手術でも十分安全で良好な回復が得られますが、経皮的内視鏡手術(全内視鏡下手術)はさらに創も小さいため創部痛もわずかで、局所麻酔で行えるために全身状態が不良な方でも受けることが可能で、術後の回復が非常に速いのが特徴です。また即効性は認めませんが、局所麻酔を用いてヘルニアを生じた椎間板に椎間板の体積を減らす薬剤(ヘルニコア)を1cc注入し徐々に下肢症状を軽減する治療(**ヘルニコア注入療法**)で症状の軽減を図ることもあります。所要時間は約10分で、いずれの治療法も健康保険が適応され、本院でも実施しています。

腰椎椎間板ヘルニアが神経を圧迫し、激しい腰痛や下肢痛をきたした症例。ヘルニアが大きく症状も強いため、内視鏡手術でヘルニアを摘出し、腰痛下肢痛は速やかに消失しました。



困ったら助け合い

北2階病棟 看護師 松元蓮華

私は脳神経外科に勤めて2年目の看護師です。

先日、遠く離れた地元へ帰省して、みんなの変わらない笑顔と暖かさに力をもらいました。私の祖父母は畑仕事をしています。長年の仕事と高齢により腰を痛めています。また膝も不自由な状態です。それでも続けられるのは、みんなの嬉しい笑顔がみたいという気持ちだということです。

私はふと自分の職場のことを思い出しました。脊椎脊髄センターである私が勤務する病棟は、祖父母と変わらない年齢の方が手足首腰の痛みやしびれを訴えて、必要に応じて手術や治療を行っています。完治される方もいれば、症状が残存してしまう方もいて人それぞれです。そのような中で、私たち看護師は他のスタッフとも連携し、その方が生活しやすいよう、また、自宅での注意点などを説明して、退院までにその方にあった生活方法を見つけ、心がけられるよう支援しています。時にはご家族の協力が必要になります。

そういったなかで、腰痛を始め脊椎、脊髄疾患において早期発見、早期治療が求められるのです。症状を我慢して治療が遅れることで、体の限界までに至り、回復するまでの流れも時間も変わってきます。今後も元気な身体で笑顔でいてほしい、そんな思いで、ぜひ一度、当院の専門医への相談をおすすめします。



Free Wi-Fiサービス

ITシステム課 シニア・システムエンジニア 中田 隆司

当院では2013年南館増築・北館改修直後よりFree Wi-Fiサービスを提供しております。このサービスは、院内で過ごす時間が快適になるようにと、多くの診察・検査待合や入院病室など(※)でご利用できます。

今年2022年初めには、院内にあるすべてのWi-Fiアンテナを更新しました。以前のものに比べて大幅に性能が向上しており、多数の接続があっても転送速度や応答速度の低下がほとんどなくなりました。またサイバーセキュリティ対策も強化しました。最近のサイバー犯罪は高度に進化しています。ご自身のスマホやパソコンにもウイルス対策ソフトをインストールしてご使用いただくと、さらに安心してネット環境をご利用できます。

このように快適で過ごしやすく、そして安全にご利用いただける環境を目指して今後もサービス向上に務めていきます。

ご利用の際は、他の方のご迷惑にならないようマナーを守っていただくようお願いいたします。

※一部のエリアを除く

※ご利用案内は院内に掲示しております



二十四節気と七十二候のお話

ガーデンQoo 秋吉 美穂子

12月(師走)

今年もいよいよ12月。街はイルミネーションが輝きます。新しい年を迎える準備に忙しい日々です。



二十節気
小雪

12/2~6(六十候) 橘始黄 / たちばなはじめてきばむ

万葉集では「香り高い花」として歌われ、「香り立つ花」→「橘」の文字があてられたとか。「小雪」にあたるこの頃、初雪の便りが。北国の人々にとって雪は大きな関心事です。蜘蛛の糸のみが空中に漂う「雪迎え」という現象。初雪の知らせです。



二十一節気
大雪

12/7~11(六十一候) 閉塞成冬 / そらさむくふゆとなる

灰色の重く塞ぐような雲、冬がやってきました。山が多い日本、水田を造ることの難しい地域は、比較的厳しい環境でも育てやすい小麦やそばが主食の地域が多くありました。山梨県の「ほうとう鍋」もそのひとつ。平打ち麺を味噌味の汁で野菜を沢山入れて煮込んだ料理はあたたまり、栄養バランスも◎。



何かと気忙しい毎日。鼻から五秒呼吸でリラックス。

12/12~16(六十二候) 熊蟄穴 / くまあなにこもる

熊なども森の動物たちが長い冬眠に入る頃。季節の鳥「白鳥」。飛ぶ鳥の中では最大の重量です。北日本や日本海側の河口や広い川でその優美な姿が見られます。バレエ「白鳥の湖」はチャイコフスキーの名曲ですね♪



12/17~21(六十三候) 鱒魚群 / さけのうおむらがる

鮭は川の上流で生まれ、雪解け水と共に川を下り、沖に出て一生の大半を海で過ごします。忘年会のシーズン。ウィズコロナの現代はその形も様々。この一年の様々な苦勞、お互いをねぎらいながら、一年を締めくくりましょう♪



二十二節気
冬至

12/22~26(六十四候) 乃東生 / なつかれくさしょうず

「冬至、冬中、冬はじめ」暦の上では冬のまん中ですが、本格的な寒さはこれからが本番。「乃東生」とはうつぼ草が生える頃。この頃「冬至芽」と呼ばれる芽を出す菊。長寿の象徴の菊はたくましい生命力ですね。



12/27~31(六十五候) 麋角解 / さわしかのつのおつる

冬になると大鹿の角がおち、春に生えかわります。悲惨な戦争、隣国との様々な軋轢、そして先の見えないウィズコロナの日々…。今年も心を揺るがす様々な出来事がありました。新しい年が少しずつでも明るく希望へ続く日々でありますよう、願わずにはいられません。



冬至は一年で一番影の長い日。寒々とした長い影を「寒影(かんえい)」と呼びます。

季節の野菜「里芋」

サトイモ科サトイモ属

江戸時代までは「芋」と言えば「里芋」が主役、おせち料理や東北地方の芋煮会など秋から冬の煮物として欠かせません。原産地は東南アジア、熱帯アジアのタロイモ類と同じ種類で、稲作の始まる前の縄文時代に伝わったと言われます。

主な産地は千葉、埼玉など。栄養分も豊富で、便秘改善、免疫力アップなどよい事づくめ!小さな里芋を皮のまま蒸した(ゆでて)ものが「衣かつぎ」。里芋の茎を食用にしたものが「ずいき」。どこかユーモラスな頼もしい存在です。



外来担当医表

〈血〉血管内治療 〈顔〉顔面の痛み・けいれん 〈FUS〉集束超音波治療

		月	火	水	木	金
1 診	午前	大西	大西(宏)	久我	茶谷	河田
	午後	—	大西(宏)〈血〉	久我	茶谷	河田
2 診	午前	高橋〈顔〉	砂田	角田	富士井	担当医〈血〉
	午後	高橋〈血〉	脊椎・脊髄外来 山本	角田	—	脊椎・脊髄外来 山本
3 診	午前	担当医	担当医	担当医	佐藤	担当医
	午後	担当医	担当医	担当医	佐藤	担当医
5 診	午前	担当医	担当医	担当医	担当医	細川
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
6 診	午前	—	脳神経内科 小坂田	脳神経内科 赤谷	脳神経内科 小坂田 第4週 てんかん 田村	第1・3週 脳神経内科 阿部
	午後	脊椎・脊髄外来 山本	脳神経内科小坂田〈FUS〉	脊椎・脊髄外来 山本	第1・3週 脳神経内科 森原 第4週 てんかん 田村	第1・3週 脳神経内科 阿部

※診察受付時間:月～金 <午前>8:30～11:30 <午後>13:30～16:30

※毎週金曜日13:00～7診 麻酔科 鈴木

(2022.12)

※第1・3週金曜日9:30～12:30、13:30～16:30 6診 脳神経内科 阿部

連携協力医療機関のご紹介

No.7

鈴木内科クリニック



院長:鈴木 光太郎

【認定資格・所属学会】認定内科医、日本糖尿病学会専門医、産業医

【診療科目】内科、小児科、糖尿病専門医

【住 所】明石市魚住町清水2265

【電 話】078-942-8811

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	/
16:00～19:00	○	○	☆	/	○	△	/

※18:30までに受付をお済ませください

休診日:木曜午後、日曜、祝日 ☆17:00～19:00 △12:00～13:00



鈴木院長からのメッセージ

糖尿病は治療薬の種類が格段に増え、食事や運動に対する考え方も変化しました。安全で楽な糖尿病治療を提供していきたいと考えています。

No.11

ひまわり診療所



院長:尾崎 進

【認定資格・所属学会】日本プライマリ・ケア学会認定医・認定指導医、日本心身医学会心身医療内科専門医、日本臨床内科医会内科専門医、日本糖尿病協会療養指導医、日本医師会認定産業医、日本医師会認定健康スポーツ医、労働衛生コンサルタント

【診療科目】内科一般、在宅医療

【住 所】明石市二見町東二見183-1

【電 話】078-941-5725

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	/
16:00～19:00	○	/	○	/	○	/	/

休診日:火曜・木曜・土曜午後、日曜、祝日



尾崎院長からのメッセージ

内科外来と往診を中心に地域医療に貢献できるよう、職員全員で力を合わせて頑張っています。



〒674-0064 兵庫県明石市大久保町江井島1661-1

TEL:078-938-1238/FAX:078-938-1236 mail info@onc.akashi.hyogo.jp http://www.onc.akashi.hyogo.jp/

地域医療連携室 TEL:078-938-1288/FAX:078-938-0399

発行責任者:理事長 大西 英之 編集責任者:院長 久我 純弘

