



Ohnishi Neurological Center

O's News

5
2026

腰椎椎間板ヘルニアの低侵襲治療と予防

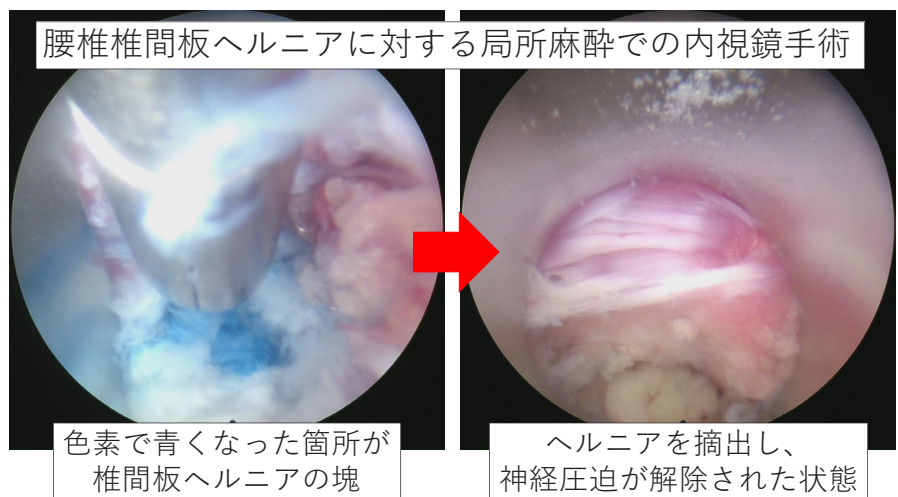
副院長 脊椎・脊髄センター長 山本 慎司

腰椎椎間板ヘルニアは、腰の背骨において、骨と骨の間のクッションの役割を果たす椎間板が傷んで、その一部(髄核)が外へ突出することで腰痛や足のしびれ、痛みが出現する疾患です。若い方から高齢の方まで誰もが発症する可能性があります。主な症状は腰痛に加え、臀部から下肢にかけての放散痛(坐骨神経痛)、しびれ、筋力低下などで、重症例では排尿・排便障害を伴うこともあります。発症の背景には加齢による椎間板の変性、長時間の座位姿勢、重量物の持ち上げ、不適切な体幹動作などが関与します。

治療はまず保存療法が基本で、安静の確保に加え、消炎鎮痛薬(NSAIDs)や神経障害性疼痛治療薬の内服、理学療法(ストレッチや体幹筋強化)、装具療法などを行い、疼痛が強い場合にはブロック治療も追加します。多くの症例では数週間から数か月で症状の改善が得られますが、足の筋力低下が出現したり、日常生活に支障をきたすほどの難治性疼痛が持続する場合には、椎間板ヘルニア摘出術などの手術療法が検討されます。近年は数cmの切開で顕微鏡を用いた低侵襲手術に加え、直径1cmの内視鏡を用いて行う手術も一般的となり、症例によっては局所麻酔で手術を行うことが

可能となりました。術後は翌日より歩行していただき、若い方は数日で退院されます。さらに、即効性は乏しいのですが、局所麻酔でコンドリアーゼと呼ばれる酵素を椎間板に直接1cc注入することで2週間程度かけて徐々に椎間板ヘルニアを退縮させ症状を改善させるヘルニコア注入療法もよく行われます。こちらは施行後の安静は数時間のみで行えます。

再発予防には日常生活での姿勢管理と体幹機能の維持が重要です。重量物を持ち上げる際は膝を曲げて体幹に近づけるなど、腰部への負担を分散させる動作が推奨されます。さらに、適度な運動習慣(ウォーキングや体幹トレーニング)により椎間板への負荷を軽減し、再発予防につながります。生活習慣の見直しと早期対応が、症状の重症化を防ぐ鍵となります。



安心・安全なMRI検査を受けてもらうために

放射線科科長 橋本 真輔

MRIはX線(放射線)を使わず、磁石と電波の力で体の断面を撮影する検査です。骨に囲まれた場所や柔らかい組織の診断に非常に優れており、特に脳の検査には欠かせない検査となりますが、強力な磁場を使用するため、いくつか「守らなければならないルール」があります。

体内医療機器(デバイス)をお持ちの方へ 事前確認が「安全な検査」をつくります

MRI検査において最も注意が必要なのが、体内に埋め込まれた医療機器(デバイス)です。MRIでは強力な磁力が発生しているため、金属を含んだ体内のデバイスが反応し、「機器の誤作動」「設定の変化」「発熱による火傷」「デバイスの移動」などを引き起こすリスクがあります。

心臓ペースメーカー、除細動器(ICD)、人工内耳、深部刺激装置(DBS)などは当院では禁忌デバイスとして取り扱い、MRI検査が不可能となっておりますので、体内に埋め込まれている場合は申し出をお願いします。

また、近年では体内デバイスもMRI対応モデルとして普及していますが、当院では専門の医師(循環器医師等)が不在などの理由により撮影をすることができません。一部、脊髄刺激装置(SCS)や植込み型心電図などは、当院においても検査が可能な体内デバイスもありますので、その旨はご相談ください。補聴器、血糖値測定器など体外装着品は機器の故障につながりますので、検査前に必ず外すようお願いいたします。

手術にて体内に医療機器(デバイス)を埋め込まれた際は、その手術を行った病院の医師に、MRI検査の可否を確認してもらっておくことで安全な検査の実施につながりますので事前確認をよろしくお願いいたします。



風邪かな?と思ったら髄膜炎!?

臨床検査科 安藤 愛

髄膜炎という病気をご存じですか?

子供から大人まで罹る可能性があり、症状が風邪と似ていますが、放っておくと命に関わることもある、とても怖い病気なんです。

特徴的な症状は3つあり、①発熱 ②経験したことのない激しい頭痛 ③首の後ろが硬くなり首を前に曲げられなくなる後部硬直です。3つ全て揃わないこともあります。頭を左右に振ると頭痛が増強されるようであれば、髄膜炎の可能性が高いです。

髄膜炎の原因は、脳や脊髄を包む髄膜に細菌やウイルスが感染し起こります。特に細菌性の髄膜炎は「Time is Brain」と言われるほど緊急性が高く、医療の発達した現代においても、成人の致死率は20%前後といわれています。命が助かっても30%前後の方で後遺症が残ります。

髄膜炎は、早期発見、早期治療で重症化を回避することがとても大事です。当院では、髄膜炎の確定診断である髄液検査を、365日検査できる体制を整えています。風邪かな?と思っても、いつもと様子が違うと感じたらすぐに受診して下さい。





二十四節気と七十二候のお話



5月(皐月)

光に輝く新緑の美しい季節、気持ちのよい風に深呼吸♪



ガーデンQoo 秋吉 美穂子

六節気 穀雨

4/30～5/4(第十八候) 牡丹華／ぼたんはなさく

あでやかな牡丹の咲く頃、春の終わりの「おおとり」を務めます。「牡丹と雀」、「牡丹と蝶」は美しい季節を象徴する、美しい組み合わせとして江戸時代から描かれました。木々が緑に包まれるこの頃、鳥たちは繁殖期を迎え、かわいらしいヒナ達の姿をかくしてくれます(^-^)



七節気 立夏

5/5～10(第十九候) 鼈始鳴／かわずはじめてなく

国民の祝日「こどもの日」。「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」と、祝日法には定められているそうです。子どもの成長を祝うと共に、実は母へ感謝を伝える日でもあったのですね。



「新芽が芽吹くまで古い葉が落ちない」縁起物の柏餅で包んだ柏餅。初夏の味です。

5/11～15(第二十候) 蚯蚓出／みみずいずる

気温も上昇して、植物の生長も勢いが増す頃、みみずも土の中で活発に。目のないみみず、「目不見」が転じてみみずいずる。

光を感知して土の中を進むみみずは、土壌を肥やし、土の中を動きまわり耕す役割「自然の鋤」を持ち大切な存在です。



5/16～20(第二十一候) 竹笋生／たけのこしょうず

5月は絶好の行楽シーズン♪人は旅行の計画を立てるだけで、脳内のドーパミンがアップし幸福感が続くのだそうです。

1689年5月16日(新暦)、松尾芭蕉が江戸深川から、2400km、150日間に及ぶ奥の細道の旅に出発しました。「旅の日」として1988年に制定。



八節気 小満

5/21～25(第二十二候) 蚕起食桑／かいこおきてくわをはむ

小満の頃、「二毛作」を行う地域では、実った麦を収穫して稲の苗の準備を始める時期です。静かな水辺に、花菖蒲が美しく咲く季節。古くから日本で愛されてきた花で種類も豊富です。



梅雨入り前のぐずつが降ります。「走り梅雨」

5/26～30(第二十三候) 紅花榮／べにばなさかう

シルクロードから渡来した紅花。万葉集の中で「末摘花(すえつむはな)」として登場しています。黄色の花が次第に紅色へ移り変わる様子は恋心にも例えられました。



家庭菜園のススメ

この時期(4月～5月)、ホームセンターなどの園芸売場には、様々な野菜苗が並びます。

毎日のお料理に役立つ便利でフレッシュな家庭菜園はいかがでしょう。

リーフレタス、パセリ、バジル、ネギ、ミニトマト...そしてグリーンカーテンにもなるゴーヤなど、楽しい種類がいっぱいです♪朝食の目玉焼きに、マイガーデンのリーフレタス、パセリを添えて♡ああ幸せ～。



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 【予約制】	午前	高橋〈顔〉	大西(宏)	久我	茶谷	三好
	午後	高橋〈血〉	大西(宏)〈血〉	久我	茶谷	三好
2診 【予約制】	午前	前岡	岡本	角田	富士井	山本(健)
	午後	前岡	岡本	角田	吉村	—
3診 5診	午前	担当医	担当医	担当医	3診 佐藤	担当医
	午後	担当医	担当医	担当医	3診 佐藤	担当医
6診 【予約制】	午前	—	—	—	吉村	担当医(血)／麻酔科 鈴木
	午後	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	平林	脊椎・脊髄外来 山本
7診 【予約制】	午前	脳神経内科 石田	—	脳神経内科 赤谷	てんかん 第4週 田村	脳神経内科 第1・3週 阿部 第2・4・5週 小坂田
	午後	脳神経内科 石田	—	—	てんかん 第4週 田村	脳神経内科 第1・3週 阿部 第2・4・5週 小坂田〈FUS〉

※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9:20～ 6診 麻酔科 鈴木 (2026.5)
 ※第1・3週金曜日9:30～12:30、13:30～16:30 7診 脳神経内科 阿部

連携協力医療機関のご紹介

No.41

うすい整形外科

院長：白井 康雄

【認定資格・所属学会】日本整形外科学会、整形外科専門医

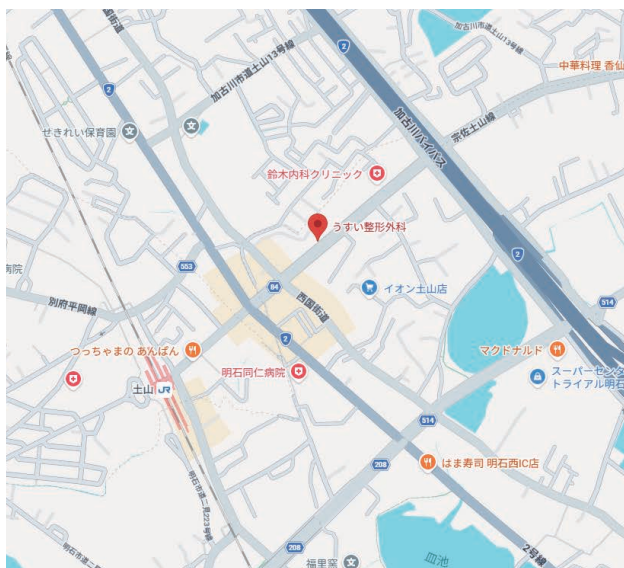
【診療科目】整形外科、リハビリテーション科

【住 所】明石市魚住町清水2241 山栄ビル1F

【電 話】078-943-4725

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:45～12:00(受付8:35～)	○	○	○	○	○	○	/
15:45～18:30(受付15:35～)	○	○	○	/	○	/	/

休診日：木・土曜午後、日曜、祝日



白井院長からのメッセージ

運動器エコーを用いた診断と治療を得意としており、近隣医療機関との連携も密接にとっています。

No.289

ひまわりこどもクリニック

院長：二階堂 量子

【認定資格・所属学会】日本小児科学会小児科専門医・指導医、日本アレルギー学会アレルギー専門医・指導医、日本小児感染症学会小児感染症認定医、厚生労働省認定臨床研修指導医、日本小児科学会、日本アレルギー学会、日本小児アレルギー学会、日本小児感染症学会

【診療科目】小児科、アレルギー科

【住 所】明石市硯町2丁目3-26

【電 話】078-962-6602

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:45～12:00	○	○	/	○	○	/	/
15:00～16:00	△	□	/	△	△	/	/
16:00～18:30	○	○	/	○	○	☆	/

休診日：水曜、日曜、祝日

△：予防接種、□：乳幼児健診、☆：14:00～17:30



二階堂院長からのメッセージ

アレルギー専門医の知識と二次救急病院やNICUで培った経験を生かして、明石の小児医療に少しでも貢献できるよう診療に取り組んでいます。お子様に関することは、何でもお気軽にご相談ください。



〒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 <https://www.onc.akashi.hyogo.jp/>

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

発行・編集責任者：理事長・院長 大西 宏之



ホームページ

公式LINE