

「脱腸」ってどんな病気？

医療法人 小金井中央病院
外科医長 高橋 礼

臓器が本来ある場所から飛び出すことを「ヘルニア」といいます。「椎間板ヘルニア」という病名は聞いたことがある方も多いでしょう。今回は消化器外科で扱う鼠径（そけい）ヘルニア、いわゆる「脱腸」についてお話しします。



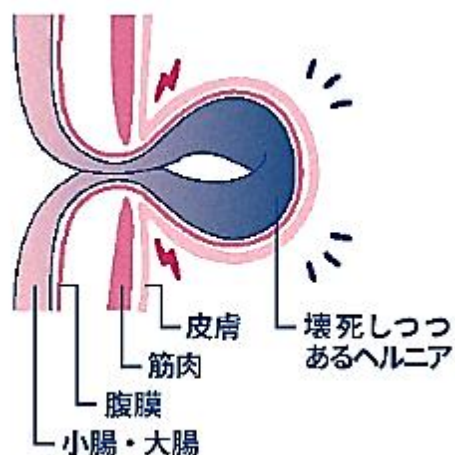
鼠径ヘルニアは、お腹の中の腸や脂肪などが、足の付け根にある腹壁の弱い部分から飛び出し、膨らみとなる病気です。立ったときやお腹に力を入れたときに膨らみが目立ち、横になると引っ込むことが多いのが特徴です。決して珍しい病気ではなく、鼠径ヘルニアの手術は全国で数多く行われています。



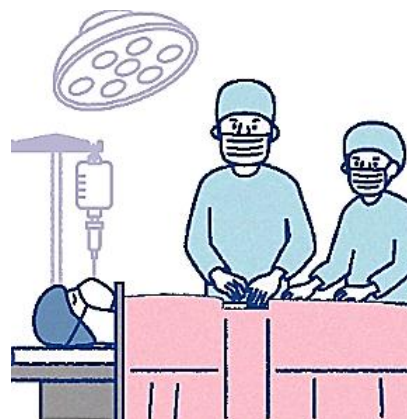
成人では男性に多く、加齢による腹壁の弱まりなどが発症に関係します。また、重い物を持つ仕事、便秘、咳など、お腹に力がかかる機会が多い方にもみられます。一度発症すると自然に治ることはなく、根本的な治療は手術です。



鼠径ヘルニアで特に注意が必要なのが「嵌頓（かんとん）」です。これは、飛び出した腸などが突然戻らなくなる状態です。強い痛みや嘔吐を伴うことがあり、さらに血流が途絶えると腸が壊死し、腸に穴が開いて腹膜炎を起こすこともあります。こうなると命に関わるため、緊急手術が必要になります。普段は痛みがなく、膨らみが自然に戻っている方でも、嵌頓は突然起こる可能性があります。



現在、成人の手術では「メッシュ」と呼ばれる人工の膜を用いて、弱くなった腹壁を補強する方法が一般的です。手術には鼠径部を切開する方法と腹腔鏡を用いる方法などがあり、患者さんの年齢やヘルニアの状態、既往歴などを考慮して適した方法を選択します。



「膨らんでいるけれど、痛くないから大丈夫」と長年そのままにしている方も少なくありません。足の付け根の膨らみや違和感に気づいたら、嵌頓を起こす前に、ぜひ一度外科へご相談ください。

小さな体調の変化を見逃さないで

医療法人 小金井中央病院
中央棟3階病棟 看護師長 小口 三和子

暦の上では秋を迎えましたが、厳しい残暑が続く毎日です。夏の疲れが少しずつ表れやすいこの時期は、体調を崩しやすい季節でもあります。「何となくだるい」「疲れが取れない」「食欲がない」「よく眠れない」など小さな不調を感じていても「そのうち良くなるだろう」と我慢してしまうことはありませんか。



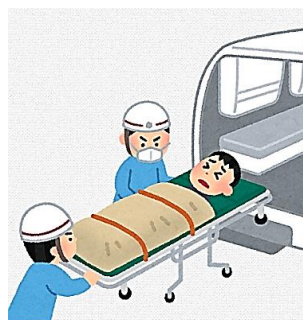
…なのに暑い



私たちの体は、病気になる前からさまざまなサインを送っています。食欲や睡眠の変化、体重の増減、疲れやすさ、歩く速さの変化など、一見些細に思えることでも、健康状態を知る大切な手がかりになることがあります。



医療現場では、「もう少し早く相談していただけていたら」と感じる場面があります。症状が軽いうちに受診し、適切な治療や生活習慣の見直しにつなげることで、病気の重症化を防げる場合も少なくありません。



また、ご本人だけでなく、ご家族や周囲の方が「いつもより元気がない」「最近食事の量が減った」などの変化に気づくことが、早期発見につながることもあります。



健康を守るために特別なことを始める必要はありません。十分な睡眠と栄養バランスの良い食事を心がけ、適度に体を動かし、無理しないこと。

そして、「いつもと違う」と感じる症状が続くときは、一人で我慢せず、早めに医療機関へご相談ください。



9月は防災月間でもあります。災害への備えを見直すとともに、ご自身や大切なご家族の健康についても考えてみませんか。日頃から小さな体調の変化に目を向けることが健やかな毎日につながります。私たち医療スタッフも、地域の皆さまが安心して暮らせるよう、身近な相談相手として寄り添ってまいります。



もう一度しっかり考えてみよう!!