

## 超音波検査のすすめ

医療法人 小金井中央病院  
外科医長 清水 敦

### 皆さんはおなかの超音波検査を受けたことがありますか？

#### 超音波検査って何？

ゼリーをぬっておなかを観察し写真を撮ります。痛いことは何ともありません。その場で結果がわかります。放射線も用いませので安全で、妊婦検診でも使われていますね。



#### 何がわかるのか？

肝臓（かんぞう）、胆嚢（たんのう）膵臓（すいぞう）、腎臓（じんぞう）、前立腺（ぜんりつせん）、子宮（しきゅう）、膀胱（ぼうこう）などの変化がわかります（胃腸の病気をみつけるには内視鏡が適しています）。

最近では人間ドックの超音波検査で無症状の胆石（たんせき）や胆嚢（たんのう）ポリープが発見される機会が増えています。



#### 胆石って何？

おなかの右上、ちょうどあばら骨の裏に肝臓があります。そう、あのレバーっていう内臓です。肝臓はたくさんの働きをしますが、その働きのひとつに脂肪の消化に用いられる胆汁（たんじゅう）の生成があります。

肝臓で作られた胆汁は胆管を通り、胃から十二指腸へと流れ込んできた食物と混ぜられます。効率よく混ぜあうように、胃が空っぽの間、胆汁は胆嚢にたまり濃縮されます。食物が十二指腸に流れ込むと胆嚢がしぼみ、胆嚢にたまっていた胆汁が流れ出します。この胆嚢や胆管にできる石を胆石といいます。8割以上の胆石は胆嚢の中にできますが、なかには胆管の中に石ができる方もいます。胆石は大きくても無症状のこともあります。砂みたいに小さな石でも胆管に転がり出口でつまってしまうと胆管炎や膵炎など重い病気を引き起こすことがあります。



## 胆嚢ポリープって何？

胆嚢のなかにできるしこりです。大部分は良性で、コレステロールという脂肪成分でできています。超音波検査で胆嚢のしこりがコレステロールポリープとわかれば、手術が必要になることはほとんどなく、経過観察になります。まれに大きさが10mm以上になることがあります。この場合は悪性の可能性も考え、治療を検討します。



おなかが気になるあなた、一度超音波検査を受けてみませんか。

## 四十肩・五十肩について

医療法人 小金井中央病院  
リハビリテーション科 リハビリ室技士長 芳田 達也

### 肩の痛み

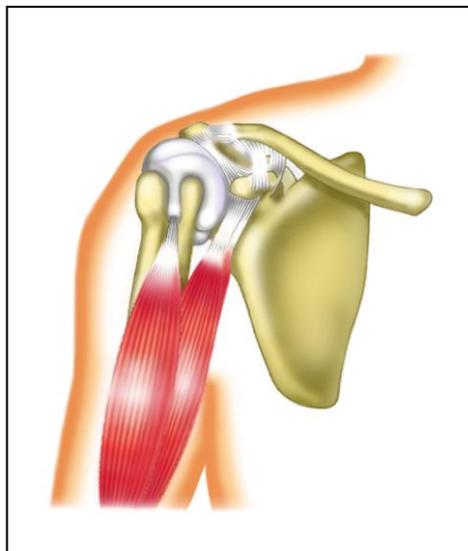
大したことは何もしていないのにだんだん肩が痛くなってきた、とお悩みの方もいらっしゃるでしょう。俗に、四十肩、五十肩と呼ばれていますが、正式には、肩関節周囲炎といいます。肩関節の周りにある組織で生じる、原因がハッキリしない痛みに対して大まかなくくりとしてつけられる病名です。



### 原因・症状

肩関節は人体の関節の中でも特によく動く部分です。その分、骨同士での固定性は弱く、筋肉や靭帯などの固定力に頼っています。なので、肩関節の周りには大小様々な多くの筋肉が付着しています。数が多い分、どこかに痛みが生じてしまうと肩の動きに容易に影響してしまいます。

肩関節周囲炎の原因は、年齢とともに筋肉やスジの炎症や部分的な断裂、また、関節を包むように保護している袋（肩峰下滑液包：けんぼうかかつえきほう）の炎症や癒着がおり、肩の痛みや動きの制限をもたらします。



肩関節周囲炎では肩や腕の動きに伴って痛みがおこります。日常の動作では洗顔や洗髪、エプロンを締める際に腰に手を回したりするときなどで痛みます。

はじめは痛みが強く、夜間や明け方に肩の動きが不自由になってきます。また、腕を上げた時、90°付近に近づくと痛みが増し、腕を上げきってしまえばそれほど痛まない、ということもあります。

ただし、石灰が沈着する石灰沈着性腱板炎というものもあり、ある日、急に何の前ぶれもなく肩に激痛がおこり、まったく動かせなくなることもあります。エックス線写真で石灰の沈着を確認し診断できます。また、腱板断裂（筋肉が骨に付着する集まり部分の損傷）の場合には、転んで肩を打った後や重いものを持ち上げたときに、急に肩が痛み、腕をあげることができなくなる可能性があります。

**したがって、自己判断せず整形外科医を受診し、正しい診断をしてもらいましょう。**

## 治療

肩関節周囲炎の治療は、初期の痛みが強い時期は、消炎鎮痛剤の内服と、ホットパックなどの温熱療法や肩の動く範囲を広くする運動療法が中心となります。

また、あまり重症のものでは関節鏡を用いて、つっぱっている靭帯を切除する手術を行うこともあります。大抵の肩関節周囲炎は根気よく治療と運動を行うことにより、手術せずによくなります。

