

とちぎメディカルセンター 通信

No.13
2023.3



Special!

腹腔鏡手術、内視鏡治療について

Doctor's Interview

とちぎメディカルセンターしもつが
外科系診療部長兼外科部長

小泉 大 (こいずみ まさる)

鼠径ヘルニアについて

topics

スペシャリスト リレー紹介
皮膚・排泄ケア特定認定看護師

とちぎメディカルセンター通信

バックナンバーはWEBで閲覧できます。

<https://www.tochigi-medicalcenter.or.jp/magazine/#log>





Doctor's Interview



そ けい 鼠径ヘルニアについて

とちぎメディカルセンターしもつが
外科系診療部長兼外科部長

小泉 大
(こいずみ まさる)

「外科」というとどんな病気を扱っている科と思われるでしょうか？ 私たちは消化器癌^{がん}や乳癌、甲状腺癌のような悪性疾患と、胆石症、胆嚢炎^{のう}や虫垂炎（俗にいう盲腸）、鼠径ヘルニア、痔核（いぼち）などの肛門疾患のような良性疾患とを広く診療しており、それぞれの手術を行っています。

これらの多くの種類の病気を扱う中で特に多いのが「鼠径ヘルニア」です。俗に「脱腸」と言われます。小さいお子さんと中高年以降の男性に多い病気です。日本全体では年に約15万件の手術が行われています。

中高年以降で鼠径ヘルニアが出る原因としては、年齢に伴い腹壁の筋肉、筋膜が弱くなってきたこと、長時間の立ち仕事や重いものを持ち上げたり運んだりする仕事を長期間にわたって続けてきたこと、中年以降の肥満傾向などが考えられます。腹圧が高くなる状況と腹壁が弱くなった状態のバランスでヘルニアが出ることになります。

ヘルニアの袋（ヘルニア嚢）は本来、腹膜という腸を包んでいる膜で、これが腹壁下に飛び出た状態がヘルニアです。ヘルニアの袋はおなかの中とつながっており、このためたまに腸がヘルニアの袋に出てくるといわれる「脱腸」という状態になります。立ち上られ

ばヘルニアが膨らみますが、仰向けに寝れば戻ります。このヘルニアの出てくる穴は自然に閉鎖することはありません。このため治療には手術が必要となります。

脱出したヘルニアが痛くなってきて、仰向けに寝て、押しても戻らない状態（「嵌頓^{かんどん}」といいます）になると、脱出した腸が腐ってしまう可能性があるため緊急手術が必要となります。この緊急手術では創も大きくなり、腸切除が必要となることがあり、大きな手術となって身体への負担も大きくなりますし、まれに命を落とす方もいらっしゃいます。このため鼠径ヘルニアと分かったら予定を組んで手術を行うことがお勧めです。そうすると一般の方のイメージする「脱腸の手術」で済みます。

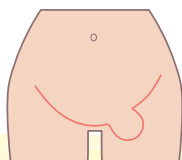
鼠径ヘルニアの手術は、従来から行われている鼠径部を5 cmほど切開して行う前方アプローチと腹腔鏡下におなかの中から手術を行う腹腔鏡アプローチとがあります。いずれもメッシュという布状のものを挿入して腹壁を補強して修復します。

足の付け根の膨らみが気になったら、鼠径ヘルニアかもしれません。そのときは外科までご相談にいらしてください。

教えて！小泉先生！～「鼠径ヘルニア」に関するお悩み～

Q.1 どのような症状が出たら受診すべきですか？

足の付け根に左右差のある膨らみがあれば鼠径ヘルニアが疑わしいです。様子を見ていて大きくなってきたり、痛みを伴ってきたりしたときは受診してください。



Q.2 女性でもなりますか？

男女比は9：1でほとんどは男性ですが、女性もなります。女性の方が脱出すると戻りにくいことがありますので、気付いたら受診してください。



Q.3 薬で治りますか？

ヘルニアの脱出する「穴」は薬では閉鎖しません。もちろん自然閉鎖もしません。



Q.4 放っておくとどうなりますか？

次第に脱出が大きくなってきます。痛みを伴うようになることもあります。脱出が戻らなくなる「嵌頓」状態になると緊急手術が必要であり、命にかかわる事になるので、放置はお勧めできません。



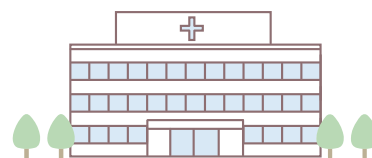
Q.5 従来からの前方アプローチと腹腔鏡手術のどちらがいいですか？

再発などの治療成績には差はありません。術後の痛みは腹腔鏡手術の方がやや軽いとされています。麻酔法の選択を含めて一長一短がありますので、担当医とよく相談して選んでください。



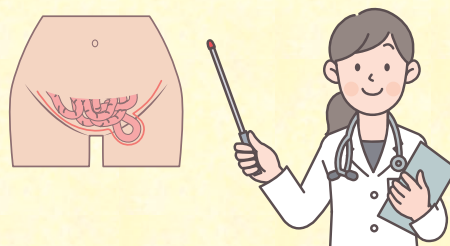
Q.6 入院期間はどれくらいですか？

当院の標準スケジュールは4日間（前日入院、術後2日で退院）です。



Q.7 予防法はありますか？

明らかに有効とされる予防法はありませんが、適度な運動で筋力を落とさないことと肥満にならないことに一定の効果が期待されます。





Special

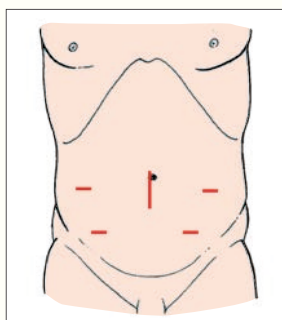
腹腔鏡手術、

医療分野での近年の技術革新は目ざましく、病院の内視鏡の分野も例外ではなく、さまざまな取り組みを導入しています。

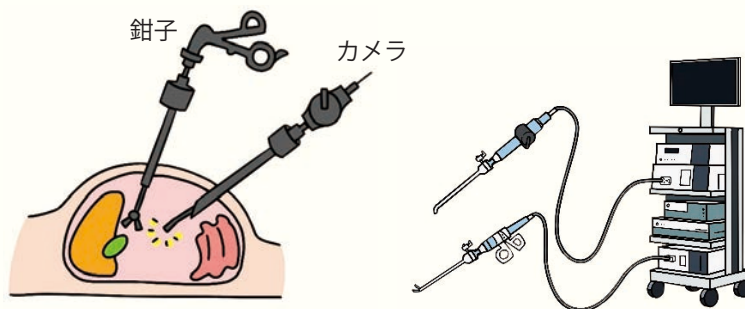
～腹腔鏡手術～

胃癌^{がん}や大腸癌の手術といえば開腹手術の印象を持っているかもしれませんが、腹腔鏡手術が年々増加しています。開腹手術に比べて腹腔鏡手術は創が小さく、臓器が直接空気に触れないため体の負担が少なく低侵襲な手術です。

おへそから腹腔鏡というカメラを挿入し、炭酸ガスでおなかを膨らませて5～12mmの小さな穴から手術のための鉗子という器具を挿入して、モニターを見ながら手術を行います。摘出した臓器は小切開創(2～6cm程度)より摘出します。



腹腔鏡下S状結腸切除術



これまでの開腹手術と手術内容は同じですが、内視鏡の拡大視効果により、より丁寧で精緻な手術が期待でき、腹腔鏡手術ならではのさまざまなメリットがあります。下記のようなメリットが言われています。

- ・出血が少ない
- ・創が小さいため目立ちにくい
- ・術後の疼痛^{とう}が少ない
- ・術後の癒着^{しんじゅん}が少ない
- ・術後の回復が早いため早期退院・早期社会復帰^{そけい}が期待できる

対象となる疾患は、胆石症、胃癌、大腸癌、虫垂炎、鼠径ヘルニア^{そけい}などです。

ただし、腹腔鏡手術で手術時間が長くなる場合や、癒着・炎症が高度の場合に術中判断で開腹移行することがあります。また、他臓器浸潤^{しんじゅん}を伴うものや腫瘍径の大きい高度進行癌に対しては開腹手術が必要です。

当院でも腹腔鏡手術を第一選択と考えておりますが、腹腔鏡手術のメリット、デメリットを考慮したうえで適応を決定し、より安全な手術を目指しております。

とちぎメディカルセンターしもつが
外科 医長 田原 真紀子

内視鏡治療について

検査や治療で使用する医療機器も多岐に渡ります。

今回は当法人での内視鏡を使った検査や治療についてご紹介します。

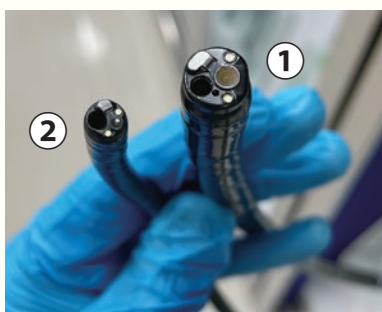


～内視鏡検査～

内視鏡はさまざまな検査や治療に役立てられていますが、その中でもいわゆる「胃カメラ」「大腸カメラ」は、耳にしたり、勧められる機会が多いのではないのでしょうか。

「苦しい」「痛い」といったマイナスのイメージが先行しがちですが、鼻からも入れられる細い内視鏡での胃カメラや、しなやかで先端が追従する内視鏡での大腸カメラなどもあり、日々進化しています。

内視鏡には検査だけでなく治療もできるという大きな特徴があります。高度な治療法が次々と考案・実践されており、不可能とされていたことが次々と可能になってきています。



- ① 癌の精密検査に使用される胃カメラ（口から挿入）
- ② 鼻から挿入可能な胃カメラ



大腸内視鏡

～内視鏡による診断・治療～

癌の診断・治療もその一つで、最新の内視鏡システムでは、食道・胃・大腸などさまざまな領域の微小な癌を発見したり、その広がりや深さを高精度に診断できるようになりました。

また、こうして発見された初期の癌を内視鏡だけで切除して治療することも可能になってきています。

早期発見によって内視鏡で治療が完結する可能性が高まりますが、こうした癌の多くは無症状です。

市町村など行政の健診を基軸に、人間ドックなどもオプションとして、異常を早期に発見することで、外科手術を回避できることもあります。



レーザー光源を搭載した内視鏡システム



日本の健診は優れた制度ですが、日々診療に携わっていると、充分には活用されていないように見受けられます。特に、かかりつけ医があつたり、職場で健診を受けていると省略してしまう方が多いようですが、健診項目を見直し、ご自身や大切な人のために漏れなく受けられることをお勧めします。

7 ページに「人間ドック・特定健診のご案内」がございます。

とちぎメディカルセンターしもつが
消化器内科 医長 角田 真人

とちぎメディカルセンターとちのき 皮膚・排泄ケア特定認定看護師 杉若 和美

皮膚・排泄ケア特定認定看護師とは？

皮膚・排泄ケア認定看護師は、創傷・オストミー・失禁管理の分野においてのスペシャリストとして認定されています。

「創傷」の領域では、皮膚のトラブルや創傷の発生を予防できるよう、皮膚を健全に保つことができるスキンケアを実施します。また、患者さんの生活環境や局所（傷の部分）の環境、寝床（ベッドや布団等）環境などを整え、手術後の傷や床ずれなどを出来る限り早く、きれいに治すことができるようお手伝いをいたします。そのために、医師に相談しながら病棟スタッフと協力して治療計画を立てて実施します。

「オストミー」の領域では、ストーマ（人工肛門・人工膀胱）を造る手術を控えている方にストーマケアの情報を提供したり、ストーマを保有されているオストメイトの方のストーマ周囲皮膚の管理、ストーマ装具の選択、日常生活のアドバイス、精神的なサポートなどを行います。私は、主にストーマを保有している入院患者さんが、体型の変化や皮膚のトラブルにより装具を再検討しなければならない時などに助言させていただいております。

「失禁（尿や便の漏れ）」の領域では、手術後や病気、加齢によって発生する尿や便失禁の改善を促すケアを行います。また、失禁による皮膚のかぶれに対する予防や改善のためのケアを行います。

これら3つの領域の英語表記（Wound、Ostomy、in Continence）での頭文字をとって、皮膚・排泄ケア認定看護師は「WOCナース」とも呼ばれています。

法人内での役割

とちぎメディカルセンターでは、しもつが・とちのきに1名ずつ皮膚・排泄ケア認定看護師が在籍しています。しもつがでは急性期におけるWOC分野を、とちのきでは慢性期におけるWOC分野を担当し、患者さんのケアが切れ目なく実践できるよう連携しています。

特定看護師について

看護師の特定行為研修の終了者を「特定看護師」といいます。特定行為とは、医師からの包括的な指示によって実施できる特定の診療の補助行為で、現時点では38の行為が特定行為と認められています。この特定行為を行うために、実践的な理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能を身につける研修を受けています。特定看護師は、その都度、医師の指示を待つことなく自らの判断で迅速に対応することが可能になり、「治療」と「生活」の両面から患者さんを支えることができます。

皮膚・排泄ケアの領域では、創傷（きず）・オストミー（人工肛門・人工膀胱）・失禁（尿や便の漏れ）について創傷（きず）の壊死組織（血液が供給されない組織）の除去や傷を治す方法の一つである陰圧閉鎖療法の実施などが特定行為に含まれており、今まで医師にしかできなかった治療を看護師が実践できるようになりました。

現在の活動について

特定認定看護師は、認定看護師の資格と特定行為研修終了の2つを持つ看護師の呼称となっています。私は現在、病棟で特定行為研修の区分の一つである長期呼吸療法として気管切開カニューレの交換を行っています。処置の際、カニューレの周囲の皮膚を観察し適切な処置を行うことでスキントラブルの予防に努めています。

私は病棟勤務のため、ご家族や外来患者さんにお会いすることはほとんどありませんが、入院患者さんの皮膚がトラブルなく健やかに保たれるよう援助させていただきます。

参考文献：日本看護協会ホームページ・JWOC学会ホームページ



気管切開カニューレ



気管切開カニューレの交換



ストーマ（人工肛門・人工膀胱）

地域連携協力施設のご紹介



とちぎメディカルセンターでは、地域の診療所・クリニックの先生に「地域連携協力施設」としての登録をお願いしております。第一線の地域医療を担う「かかりつけ医」の先生方と連携を密に取ることで、互いの役割を明確にし、切れ目のない医療を提供しています。このコーナーでは登録いただいている施設を毎回ご紹介します。



鶴見皮膚科



院長：鶴見 純也
住 所：栃木市大平町新1540-31
診療科：皮膚科
診療時間：HPをご参考になさってください
<http://www.tsurumi-clinic.com>
予約 再診の方だけでなく、初診の方もオンライン予約が可能です。

大学病院で長く勤務し開業して11年が経過しました。御陰様で濃密な医療連携を経て今回ご紹介いただけたことと恐縮に存じます。

当院は地域密着の開業医だけでなく、大学病院時代からの高い専門性・経験を踏まえ他科の先生方や多方面よりご紹介も多く承っております。一般皮膚科はもちろん薬疹、皮膚アレルギー、巻爪外来、悪性腫瘍から美容皮膚科まで幅広く扱っております。アレルギーでは県内の大学病院でも扱っていないスタンダードパッチテスト、金属パッチテスト全種を行うことができます。巻爪外来ではワイヤー法やアクリル人工爪などの自由診療から日帰り手術のフェノール法などの保険診療を行っております。悪性腫瘍の取り扱いも多く、年別症例数では市内の1/3の症例数を当院でご対応させていただいております。お気軽にご相談いただければ幸いです。

よこやま内科小児科クリニック



院長：横山 孝典
住 所：栃木市箱森町38-70
TEL：0282-24-8102
診療科：内科・小児科・消化器科
診療時間：平 日 午前 8:30～12:00／午後 15:00～18:30
土曜日 午前 8:30～12:00／午後 14:00～17:00
休 診 日：日曜・木曜・祝日
<https://www.yokoyamaclinic.net>
<https://www.youtube.com/@user-sm1bb8wl8g>

みなさまに「健康」という幸せを提供することを目指しており、患者様一人一人のニーズに合った医療を提供するように心がけております。

また、当院では患者様が安心・安全にご来院できるよう配慮しております。

竹田内科小児科クリニック

院長：竹田 航一
住 所：栃木市大宮町52
TEL：0282-29-1233
診療科：内科一般、小児科



診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:30	●	●	—	●	●	●	—	—
15:00～19:00	●	●	—	●	●	●	—	—

平成10年に市立東陽中学校の前に開院してから、多くの方々に支えられてきました。

開設するにあたり、診療時間は午後7時までと、できる限り患者さんがかかりやすい体制をとり「患者さんサイドのスタンスで診療する」ことを考えています。また、医院に来院できない方にも医療を提供したいという趣旨より、在宅診療、訪問診療を行っております。また、当院はとちぎオレンジドクター（栃木県もの忘れ・認知症相談医）でもあり、栃木県より認知症サポート医も拝命しております。認知症に関する不安なこと、心配なことは何でも気軽にご相談ください。

当院は、お子様から高齢者までの幅広い層を対象に診療しておりますが、今後も適切な医療をわかりやすく提供しながら地域のかかりつけ医を目指していこうと思っております。

すずきクリニック

院長：鈴木 紀男
住 所：栃木市沼和田町
10-12
TEL：0282-20-2200
診療科：消化器内科、外科、
内科、肛門外科、
小児科



<https://suzukicl.net>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:30	●	●	●	—	●	●	—	—
15:00～18:00	●	●	●	—	●	▲	—	—

※「▲」14:00～17:00

「すずきクリニック」は食道・胃内視鏡検査（胃カメラ）、大腸内視鏡検査（大腸カメラ）などの他、かぜ、腹痛などの急性疾患、糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病、健康診断、予防接種などにも対応しております。

当院では、患者様のお悩みや症状について現状からの改善を目指して、親身な診療を心がけております。患者様の状況とご希望によっては、高度医療機関へのご紹介も行っておりますので、どうぞお気軽にご来院ください。

人間ドック・特定健診のご案内

上部消化管内視鏡検査
受付中！

近年は、「平均寿命」よりも、元気で健康に過ごすことができる「健康寿命」が注目されるようになってきました。年齢を重ねても若々しく健康に過ごすためには病気になる前に疾患リスクを発見して予防することが重要です。当センターでは市民のみなさまの健康維持のお役に立ちたいと考えておりますのでお気軽にご利用ください。

各健康保険組合によってさまざまな助成がございます。

詳しいお問い合わせは

とちぎメディカルセンター総合健診センター

TEL 0120-940-620

とちぎメディカルセンターとちのき総合健診センター

TEL 0282-20-1900



～ 国民健康保険加入のみなさま 栃木市による助成のお知らせ ～

とちぎメディカルセンター 総合健診センター・とちぎメディカルセンターとちのき総合健診センターでは栃木市による助成を受けた場合、下記の自己負担額で受診が可能です。
(要件につきましては栃木市保険年金課にお問い合わせください。)

自己負担額

人間ドック 20,700円 (税込) 特定健診 0円

健康レシピ

春キャベツの花シューマイ

カロリー (1人分)
エネルギー 221kcal
タンパク質 12.6g
塩分 1.1g



料理制作
管理栄養士：鯉沼佳子

管理栄養士コメント



旬の春キャベツを使ったレシピです。春キャベツは、他の季節に採れるキャベツよりもみずみずしく葉が柔らかいのが特徴です。

キャベツにはビタミンC、ビタミンK、食物繊維、カリウム等のさまざまな栄養素が含まれています。ビタミンCやカリウムは食材の断面から水に溶け出してしまうため、それらの栄養素を効率よく摂るためには、キャベツを洗ってから切るようにしましょう。

【料理のポイント】

クッキングシートはフライパンからはみ出さないように注意しましょう。また、蒸す時の水が少なくなったら、その都度足すようにしてください。

お好みで酢しょう油、ポン酢等をつけてお召し上がりください。

作り方

- ①キャベツは千切りにしてレンジにかけ少ししんなりさせる。(表面につきやすい)
- ②玉ネギはみじん切りにする。
- ③ボウルに豚ひき肉、玉ネギ、調味料を入れてよく混ぜる。
- ④丸く形を整え、①のキャベツをまぶす。
- ⑤フライパンにクッキングシートを敷き、たねを並べる。
- ⑥クッキングシートを少しめくり、水100cc程度を加えて中火で加熱する。

沸いたらふたをして8～10分ほど、肉に火が通るまで蒸す。



<材料> (2人分)

- 豚ひき肉 140g ●キャベツ 200g
- 玉ネギ 30g

【調味料】

- 砂糖 小さじ4 ●酒 小さじ4
- しょう油 小さじ4
- ごま油 小さじ4 ●おろし生姜 少々

■13号の表紙：しもつが病棟カンファレンスの様子

今月の表紙は、しもつが5 E病棟でのカンファレンスです。医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリセラピスト等が集まり、患者さんの状態や今後の治療方針、退院までの計画を検討していきます。

さまざまな職種のスタッフで情報を共有し、患者さんの入院生活のケアを行っています。



発行・編集

一般財団法人
とちぎメディカルセンター

総合連携推進本部 広報部



<https://www.tochigi-medicalcenter.or.jp/>