



脱腸という病気の名前を聞いたことがある方もいると思います。正式にはソケイ(鼠径)ヘルニアといつて、本来は腹膜の中にあるべき小腸などが股の付け根(鼠径部)の筋肉の間から皮膚の下に出てしまう病気です。

小児のソケイヘルニアは、先天的な異状で腸が脱出してしまいます。泣いたり怒ったりした時に膨れてしまうことが多いようです。

一方、成人のソケイヘルニアは、加齢によるソケイ部の筋力の低下が原因で脱出することが多いようです。重い荷物を持つたり、下腹部の筋肉に力を入れる職業の人が、ソケイヘルニアになる傾向が多く見受けられ

おだかずしげ
蒲郡市民病院 外科 医師 小田和重

ソケイヘルニアについて

ます。

脱出した腸は、初期状態では押すと戻り、軽い腹痛や便秘となります。しかし、脱出した腸が戻らなくなる(かんとん状態)と腸閉塞から腸壊死(腸の細胞が死んでしまうこと)にいたることがあり、緊急の手術が必要となります。ソケイヘルニアは、小児も成人も自然に治ることが少なく、手術による治療が必要です。

ソケイ部の膨らみに気が付いたら、かんとん状態にならないよう、早めに消化器外科の医師の診察を受けてください。

「糖尿病教室10月」

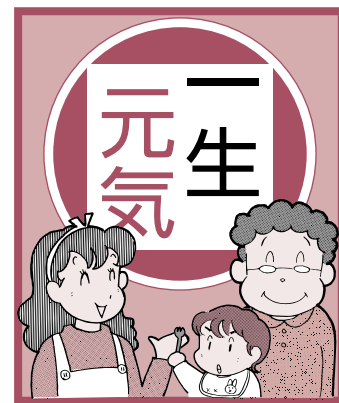
市民病院内科 66 2 2 1 1

ところ 市民病院講義室

(18日)は市民病院7階(食堂)

とき	内容
13日(水)	糖尿病とは
14日(木)	日常生活の話
15日(金)	合併症、検査
18日(月)	食事の話
19日(火)	薬と運動の話

各日ともに午後2時～3時



現在も進行している少子・高齢社会。人類の歴史上経験したことのないこの社会の中、要介護者に対する家族や社会の負担は、非常に大きなものとなっています。

これまで社会のために貢献された高齢者が介護が必要になった時、家族が手厚く介護をしたいという気持ちは大切にしなければなりません。しかし、介護をしようとすると、家庭環境や就業環境などできない場合も多くあります。また、社会的制度としての介護保険を利用しても、そのサービスにも限界があります。そこで、少しでも寝たきりや痴ほうなどの要介護状態にならないための予防が重要になっています。寝た

問合先 長寿課 66 1105

健康的な生活習慣で介護予防

- ・ 野菜を多くとる
 - ・ 魚、肉、大豆などのたんぱく質を適度にとる
 - ・ 脂肪をとり過ぎないなど、栄養面に気をつける
 - ・ 生きがいを持つなどです。
- ぜひ、皆様には、介護予防のため、また、健康でいきいきとした生活を過ごすために健康的な生活習慣を実践していただきたいと思えます。健康的な生活習慣を送るためのヒントが、市内の公共施設に置いてある「健康がまごおり21」の中にあります。「健康がまごおり21」について、詳しいことは保健センター(67 1151)へお問い合わせください。

豊川保健所長 寺尾 允宏