



よう つい つい かん ばん

腰 椎 椎 間 板 ヘルニア とは

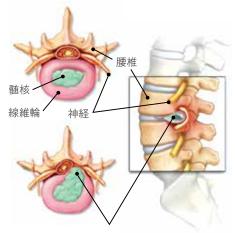
椎間板ヘルニアは「100人に1人ほど患う」といわれており、皆さんも耳にしたことがあると思います。私も、大学生時代に患い、手術には至りませんでしたが、今でも時折無理をしていると左臀部から足に向かって、嫌な感じがして身の置き所が無くなることがあります。



Copyright SCICUS K.K. All rights Reserved.@2003

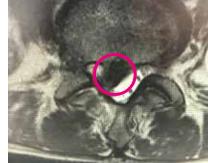
さて、椎間板ヘルニアとは何かを確認しましょう。まず背骨には椎間板というクッションが挟まっています。タイヤをイメージしてみてください。タイヤのゴムの部分が線維輪とよばれる線維軟骨で、中心の空洞の部分に髄核といわれるゼラチン状の物質が詰まっている状態です。

線維輪に負担がかかり亀裂が生じると、ここを伝わり、火山が噴火するように髄核が飛び出してきます。この状態が**椎間板ヘルニア**です。飛び出した場所に運悪く神経があると、臀部から足にかけて痛い!となるのです。いわゆる**坐骨神経痛**です。



椎間板ヘルニア(髄核が脱出した状態)





MRI 画像(丸で囲ったところが椎間板ヘルニア)

ヘルニアの8割は自然軽快 投薬治療で軽快しない痛みには「手術」を

ヘルニアの8割程度は、やがて吸収されたり、へこんだりして、神経への圧迫が無くなり、自然軽快します。その期間はケースバイケースですが、3か月前後のことが多く、鎮痛剤で痛みをしのげばやがて落ち着きます。

しかし、**鎮痛剤で痛みがコントロールできない場合**や、**2~3か月待っても改善傾向にない場合**は手術が選択肢にあがります。また、神経への圧迫が強く、足に運動麻痺が出現する場合や早期に排尿障害が出現した場合は**緊急的に手術が必要**になります。



経皮的内視鏡下腰椎椎間板摘出術

この手術は PELD (Percutaneous Endoscopic Lumbar Discectomy) と呼ばれており、8mmの非常に小さな皮膚切開・ を背中におき、内視鏡をヘルニア部分まで挿入 して切除する手術です。

当院では、全身麻酔下に神経のモニタリング (神経に触れたときに感知するシステム) を使用 しながら、眠った状態でつらくなく、安全に手術 を受けることができます。

8mm |-----実際の傷の大きさ

▲リチャードウルフ社製





内視鏡手術の様子

Q&A

「手術」についての疑問や心配事にお答えします!

Q手術の時間や退院までの日数はどのくらいですか?

A. 手術時間は1~2時間程度。退院までの日数は4~5日が平均的です。

手術の細かい内容や、ヘルニアの部位による内視鏡の挿入方向によって変化しますが、骨を全く 削らずに済む手術の場合は1時間程度、骨を削る手術の場合は加えて1時間前後かかります。

メリット

従来の手術に比べて、背筋へダメージが少なく、術後の腰部疼痛や違和感が軽くなり、 手術の跡が目立ちません。従来の方法だと手術が大変な外側型へルニア(外側の椎間孔という部位に飛び出るヘルニア)が短時間で骨を削らずに手術できることが最大の利点です。 術後に理学療法士が腰痛体操や、日常生活動作などの指導を行ってから退院となります。

デメリット

手術手技が難しく、限られた術野と手術操作になるため、骨を削る必要がある場合は従来の手術法より時間がかかる場合もあります。また、内視鏡による神経の圧迫が強くなり、術後一過性に強い足のしびれをきたすことがあります。

Q. 術後の運動はすぐに行っても大丈夫ですか?

A.手術翌日から歩行練習を開始します。

その後どんどん歩行はしていただいて大丈夫です。重量物の挙上や物を拾うような姿を繰り返すことは 再発につながりやすいため注意が必要です。スポーツはヘルニアの状態次第で個々に相談して決めますが、 2か月程度は控えていただきます。それはヘルニアが飛び出した通り道が塞がる期間を設けるためです。

0.手術費・入院費はどのくらいですか?

A. 手術費は約15万円(1椎間の場合)です。

入院費は、4泊5日で手術費を含み約22万円になります。(※料金はともに3割負担の場合)

3

脊

椎脊

髄

外

科

普段の生活から椎間板ヘルニアになりにくい体を目指しましょう。

腹筋、背筋力の減少、そして体(特に下肢)が固く体重が増えると椎間板の負担が増えます。 また、疫学調査では喫煙が椎間板ヘルニアのリスクを上昇させることがわかっています。普段 の生活から椎間板ヘルニアになりにくい体を目指しましょう。

完全予約制

ご受診の際は事前にお電話にてご予約ください。

※他院受診歴や画像があれば「紹介状」をご持参ください。

電話 予約

受付時間 12:00 ~ 15:30〔月~土曜日(水・祝日を除く)〕

(午前中は外来窓口対応のため電話が繋がりにくくなっております)

お問い合わせ 代表番号 27 0467-46-1717

NewsLetter

放射線腫瘍科 ニュースレター *Val 9* What is TOMOTHERAPY

前回『しょうなんメール 2月号』では、2020年4月増築・リニューアルするトモセラピー棟についてとトモセラピーの特徴などについてご案内しました。今回は、放射線治療について解説するとともに、トモセラピー治療の流れをご紹介したいと思います。



放射線治療の特徴

●放射線治療では、腫瘍に放射線を集中照

②外科治療(手術)、化学療法(抗がん剤)な②正常組織へのダメージが避けられないこ果を図ることができます。ともありますが、腫瘍への治療効果を図ることができます。

放射線とはどのようなもの?

線、陽子線、炭素イオン線など)があります。は、光子線 (Χ線など)、電子線、重粒子線 (αます。 医療で用いられる代表的な放射線に『目に見えない粒子の流れ』を放射線と呼び空間や物質を通じてエネルギーを与える

トモセラピー棟 設備のご紹介

〜暖炉の火がゆらぐ、心温まる空間

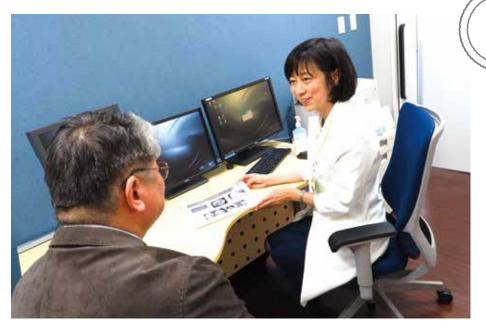
ました。 な患者さんの気持ちが少しでも落ち着ける空間を目指しな患者さんの気持ちが少しでも落ち着ける空間を目指しと揺らめく炎と薪がパチパチと燃える音で、病気で不安と揺らぬく炎と薪がパチパチと燃える音で、 あらゆら大きな暖炉を中心に据えた吹抜け空間です。 ゆらゆら



治療を提供することができます。

がランスを大切にしています。 放射線の治療効果と安全性の

放射線治療(トモセラピー)の大まかな流れ



生活上の注意、費用について説明しラークが詳しい放射線治療の予定、必要な検査を行います。看護師、ク必要な検査を行います。看護師、クの適応があるかどうか、診察・問診、医師が放射線治療(トモセラピー)

2 治療計画を作成し

治療計画を作成します

腫瘍に対してどのように放射線を照射するかを決めるために、診療放射線技師が治療計画用CT撮影を行います。その際、体動防止固定具を作成する、皮膚にマーキングするなども併せて行います。



定期的な診察を行います

__放射線治療期間中にも定期的に診察を行い、_ 経過を確認します。



治療計画で決定した照射回数を終えると治療 終了となります。治療後も定期的に診察させて頂 きます。



治療を開始します

作成された治療計画に基づいて、放射線治療を 行います。治療時間は1回あたり20分程度になり ます。治療回数は患者さんにより異なり、数回~ 38回と様々です。通院による治療が主になります。





がん体験者の語りの場です。ふらっとお越しください!



例〉第3土曜日(祝日除く) 〈対 象〉患者さんとそのご家族 〈定

所〉2F21番 オンコロジーセンター待合室

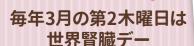
参加費無料・事前申込不要・自由参加

3月21日(土)のがんサロンは「中止

とさせていただきます。

4月のがんサロン 4/18 🛨 14:00~15:30「がん体験患者さんからのお話」









(参加無料・予約不要)

日 時: 2020年3月12日休 14:00~16:10 (13:30 開場) 場:戸塚区民文化センターさくらプラザ(戸塚駅直結)

■第1部 14:00 ~ 15:00

「腎臓病のはなし〜治療対策と合併症予防〜」 腎臓病総合医療センター部長 日髙 寿美

■第2部 15:10 ~ 16:10

「腎臓にやさしい食事とは」 栄養管理センター主任 管理栄養士 伊藤 典子

「今日からできる、腎臓のためのリハビリ運動」 リハビリテーション科副室長 作業療法士 西村 彰紀

医療法人 沖縄徳洲会

湘南鎌倉総合病院



Shonan Kamakura

TEL 0467-46-1717(代表) FAX:0467-45-0190 ホームページアドレス: http://www.shonankamakura.or.jp (直通)健康管理センター:0467-44-1454 人工膝関節センター:0467-46-7172 しょうなんメール 編集・発行:湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会









