

市民病院・ワンポイントクリニック

～胆石の治療～

外科 岡田 典倫

胆汁は肝臓で絶えずつくられ、右の肋骨の下、肝臓の下側にある胆のうに一時蓄えられます。そして、食事の際には総胆管を通して十二指腸に流れ出し、脂肪の消化吸収を助ける働きをします。

胆汁の成分が固まって、胆のうや総胆管に溜まったものが胆石で、成人の5～6%に認められます。胆石ができて、その半数は痛みなどの症状を伴わないため、人間ドックの際の腹部超音波検査などで初めて見つかります。そして、残りの半数の場合、右上腹部やみぞおちの痛み、胆のうや胆管の炎症による腹痛や発熱、黄疸などの症状が現れます。

治療法は、症状のない場合には、経過観察や内服治療といった選択肢もありますが、内服治療による効果は限定的で、再発の可能性もあるため、外科的治療が一般的です。

胆石は胆のう内にできることが多く、その場合、胆のうごと切除・摘出することになります。以前は、みぞおちや肋骨の下を10～20cm切開していましたが、最近では1～2cm程度の切開を4か所ほど行い、そこから細長いカメラや専用(マジック

ハンド状)の鉗子を挿入して行う腹腔鏡手術が一般的になりました。その場合、傷口が小さくて済むために、術後の痛みも少なく、回復が早いというメリットがあります。実際、ほとんどの患者さんが手術後1週間以内で退院されます。

反面、デメリットとしては、画面を見ながら、器械越しの手応えで行うため、開腹した場合よりもやや難しい手術となる点です。現在では器械や手術方法の改良も進み、その差は少なくなっていますが、鉗子の数や方向が限られることから、炎症や癒着が著しい場合には開腹手術になることもあります。また、総胆管に胆石がある場合、特殊な内視鏡を用いて十二指腸への出口を切開し、石を取り出す治療(内視鏡的乳頭切開・切石術)を行います。隣接するすい臓への影響が出やすく、すい炎などに注意をしなければならないため、1週間程度の入院が必要になります。手術の場合には、開腹手術となり、1～3週間程度腹部にチューブを入れておく必要があるため、入院日数もそれ以上長くなります。

問合せ 市民病院 ☎24-6111 22-0887

家庭の粗大ごみは持ち込みできます

市内で発生した家庭の粗大ごみは次の施設へ持ち込むことができます。

☐可燃物はクリーンセンターへ(神戸2272)
木製家具・木製机・じゅうたん・布団・毛布・鏡台(木製部分は可燃物・鏡は不燃物)・ワゴン(木製)・すだれ・すのこ(木製)・食器棚(木製部分は可燃物・ガラスは不燃物)など

☐不燃物は西本宿不燃物等埋立地へ(西本宿2400-1)

ストーブ・スーツケース・マットレス・ソファ・ベッド・掃除機・スチール製机・ホットカーペット・自転車・テレビ台(スチール製)・電気コタツ・プリンター・ワープロ・ガステーブル・扇風機など

■共通事項

・平日の受付時間は午前8時30分～午後4時です。(それぞれの施設で受付)

・毎月第2日曜日の受付時間は午前9時～正午です。(可燃・不燃の家庭用粗大ごみのみを西本宿不燃物等埋立地で受付)

※第2日曜日はクリーンセンターでは受付をしていません。

※西本宿不燃物等埋立地で荷卸しをする際は、近隣住民の方の迷惑にならないよう静かに作業をしてください。

処理手数料
家庭ごみ：10kgにつき25円
(計量器表示40kgまで無料。例：80kgの場合は25円/10kg×80kg=200円)

処理できない物
たたみ・ガスボンベ・消火器・農薬・薬品・オイル・建築廃材・土砂・バッテリー・タイヤ・タイヤホイールその他処理困難物(産業廃棄物に類するものを含む)は、販売店・専門業者へ処理を相談してください。

家電リサイクル法等対象品等

家電(テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機)は、市では処分できません。郵便局でリサイクル券を購入の上、指定の引取場所に搬入してください。パソコンは、メーカーへ回収を依頼してください。

問合せ 生活環境課(クリーンセンター) ☎34-5550 34-5125

地域包括支援センター便り

介護予防 フットケア(足の手入れ)

「歩く」ことは生活する上で重要な動作です。足や足の爪にトラブルを抱えていると歩くことがおっくうになり、閉じこもりや運動不足となります。結果、筋力が衰え転倒や骨折を起こしやすくなるので、フットケアを取り入れ、健康力を高めていきましょう。

フットケアの方法

足の観察 足の異常(巻き爪・陥入爪等)に気付いたら受診する。
足の清潔 石鹸を泡立てて全体をていねいに洗い、タオルでしっかり水気を拭きとる。

爪を適切に切る 爪を丸く切ったり、深く切りすぎない。

①長さは爪がつかつかないか ②爪はまっすぐ切る ③やすりで角を引っかかないよう滑らかに削る



保湿 乾燥を防ぐために、保湿クリームを塗る。

サイズのあった靴を選ぶ 靴は足先の指が動くゆとりがあり横幅がびびりして通気性のよい靴を選ぶ。

問合せ 市地域包括支援センター ☎22-7733 22-7731

9 後期高齢者医療制度の 保養施設の利用助成

後期高齢者医療被保険者の方の健康維持・増進のため、埼玉県国民健康保険団体連合会と契約している保養施設に宿泊する際、宿泊料の一部を助成しています。保養施設の一覧表は保険年金課又は市ホームページにあります。

① 利用方法
保養施設に直接連絡し、埼玉県

② 助成金額
1泊3、000円(年度内2泊まで)
③ 予約後に、被保険者証・印鑑を持参し、保険年金課で宿泊利用券及び助成券の申請をしてください。
④ 保養施設に宿泊利用券及び助成券を提示することで助成金額を差し引いた金額で宿泊することができます。

※旅行業者を仲介して宿泊する場合は、助成は受けられません。
問合せ 保険年金課 ☎63-5004 23-0076

10 都市計画に関する説明会

とき 9月20日(土)午前10時から
ところ 松山市民活動センター

内容 松山(藤曲)地区の都市計画区域の整備、開発及び保全の方針、区域区分、用途地域、防火地域及び準防火地域、土地区画整理事業、地区計画の変更



11 都市計画の構想案の閲覧

とき 9月5日(金)～18日(木)土・日曜日、祝日を除く

内容 葛袋地区の地区計画変更(町名の変更に伴い、名称を「坂東山地区地区計画」とする予定で、制限の内容や区域の変更はありません)
ところ 問合せ まちづくり住宅課 ☎21-1425 24-8857 24-8857

市長の 元気創造

おとしよりを敬愛する集い

国民の祝日、9月15日は「敬老の日」です。本市では9月6・7日の両日、長年社会に貢献されてこられた先輩の皆様方に感謝の意を込め、今年で38回目となる「おとしよりを敬愛する集い」を開催します。

本市の高齢化率は、8月1日現在24.30%、65歳以上人口が21,704人です。高齢化は今後更に進み、様々な課題に取り組みなければなりません。確かに課題はありますが、高齢者の皆様は約8割はお元気に生活されており、高齢社会を悲観することはないと思っています。先輩の皆様には長年の知識と経験を活かし、私たち後輩のご指導と、自らの健康維持・生きがいづくりをしていただくことを願っています。

本市では市民の皆様と協働して「歩いて元気になるうー」というコンセプトで「健康長寿プロジェクト」に取り組んでいます。これから「日本二元気で長生き」の東松山市実現に向けて頑張ります。今の一歩の福祉や医療、介護は今後も私の責任で確かな体制を創ってまいります。