

伊藤外科ニュース



95号

2012.05 発行

きせつだより

4月は花見を楽しみ、春の風情を存分に満喫しました。

晴れた日には、柏木から成子坂下に向かっての神田川沿いの染井吉野が青空と新宿の高層ビルをバックにその華やかさを際立たせます。

私は、昼休みの時間に訪問看護婦さんの自転車を借りて度々見に行きました。また、新宿御苑の桜は種類が多くいつ行っても素晴らしい景観でした。御苑は多くの外国人の観光客があり、あらためて東京は国際観光都市なのだと思います。

これから梅雨入りまでの季節は、多くの木々や花々の生命力を感じて散歩やスポーツをすることが楽しみです。

便秘と痔核

さて、今回は便秘と痔核の話をしていきます。便秘に困っている方は多いと思いますが、便秘に明らかな定義はありません。

診察室で便秘の相談をなさる方の症状も、週に2,3回程度の排便、毎日あるが便が硬くて困る、残便感があるなど様々ですが、いずれにしても排便に困っているわけです。



治療に際しては、他の病気と同じく先ず問診が重要です。また、中年以降の大腸ガンの可能性のある方や血便のある方はまず大腸検査を受けましょう。検査によってガンなどの病気がないことをまず確認する事が重要です。

次いで、食事、生活指導と薬による「お通じ」の改善に取り組みます。

食事では繊維質と水分を十分にとりましょう。若い方で便秘症の患者さんは朝食を食べていない人が多い印象です。

排便に重要な大腸の働きは朝食後にとても活発になるので朝食をしっかり食べてトイレに行きましょう。下剤は様々な種類がありますので医師に相談してください。いずれにしても、薬ばかりに頼らず治療して行きましょう。

ついで、痔核について少々お話しします。皆さんが「痔」と言われるものの多くは、内痔核です。おしり（肛門）から親指大に飛び出して痛んだり、出血や排便時の不快感があります。症状の強いときには痛み止めや止血剤の入った軟膏や座薬を使います。内痔核が度々脱出し不便を感じる方や出血がひどい方は手術をお勧めします。

私が、大学病院で手術を担当していた頃は腰椎麻酔で行う痔核切除術がほとんどでした。最近では、その他に肛門から内視鏡を入れて行う手術など多くの治療法が開発されています。いずれにしても、おしりは繊細な部位ですので、痔の外科治療は充分納得してから受けてください。



院長

伊藤外科 HP <http://www11.ocn.ne.jp/~itoh-hp>

(バックナンバーは HP にて公開中です)



今回の一冊

日本古代史中世史

五味文彦・佐藤 信

このところ、調べもののための参考図書ばかりにしばられて、純粋に読書を楽しむ時間がない。というのは言い訳で、ゴメンナサイ。今回も三弓の本棚よりではなく、ワタクシの本棚、いや、テレビの横に立て掛けてある本をご紹介します。

なぜ「テレビの横」かということ、『日本古代史中世史』は放送大学のテキストなのである。ここ数年来、興味にまかせて乱読していた分野を、今年ががつり勉強しつつ調べることにした。そのためのベースに、日本の古代史及び当時の北東アジアとの関係をしっかりと学び直す必要が出てきたのである。幸いなことに、一昨年の地デジ化騒動のおかげで、うちのテレビにも放送大学が入るようになった。本屋で無料配布していた放送大学の時間割を見ると、うまい具合に4月からちょうどいい専門科目が開始されることがわかったのだ。そのひとつが、テレビで放送する『日本古代史中世史』、もうひとつはラジオ放送の『北東アジアと歴史と朝鮮半島』。というわけで、今、週2回、45分ずつ、テレビとラジオを先生に、日本及び北東アジアの古代史を勉強中なのであります。

そもそも学生の頃は、歴史というものへの興味は皆無に等しかった。興味はなくても年代を丸暗記すれば点数は取れるものの、「意味がわからなくても丸暗記する」という意味が皆目わからず、試験もさんざんな結果だったはずである（その記憶もない）。しかし今になって思えば、お念仏のように唱えての丸暗記でもいいから、頭に入れておけば、それがその先でものを学ぶときの武器になっただろうに……、と少々後悔もしている。が、いまさらしようがない。放送大学の授業前にテキストを読んで予習をし、異様な集中力で授業を聞き、終わったら数日うちに復習のためのノートを作るようにしている。と書くと勤勉な人みたいだが、そこまでやらないと、歴史の流れが脳細胞に蓄積されない年になったということである。

歴史の流れを掴むのに、石ノ森章太郎の『マンガ日本の歴史』（全40数巻）はたいへん重宝しているのだが、昨年の拾い物は流行りの韓流ドラマ、といっても古代歴史物の『朱蒙（チュモン）』だった。高句麗を建国した大王の物語。韓国の時代劇は日本のそれより時代考証が厳しいと聞くと、そうはいいっても紀元前後の話なので、物語の細部はフィクションに違いない。だが、当時の朝鮮半島北部及び中国北東部の力関係や歴史の流れ、製鉄技術のもつ力など、「なるほどお〜と唸らされること多々。正直言って、韓流ドラマは得意ではなかったのだが、これにはハマった。数カ月間DVDをレンタルし続けて観ました、全81話！ 観ている間は、「テレビドラマにこんなに時間を取られていいものだろうか」と思いつつ、やめられなかったのだが、今となっては古代史を勉強するのにけっこう役立っている。自分のアンテナにひっかかった寄り道は、けっこう無駄にならないものだなあ。