

## 手根管症候群

手根管は、手首の手のひら側にある骨（手根骨）と靭帯（横手根靭帯）によって囲まれたトンネルのことで、正中神経と指を曲げる九本の腱が通っています。手根管症候群は、何らかの原因によって、正中神経が手管内で刺激されることにより起こります。

症状は、人さし指、中指のしびれや痛みから発症し、次第に親指から薬指（正中神経の支配領域）まで拡大します。明け方の起床時などに手の痛みやこわばりが強くなる傾向があり、手を振ると軽くなります。悪化すると、親指の付け根の筋肉が痩せて「OK」のサインがうまくできなくなります。手根管の上を打鍵器などでたとくと指先にしびれや痛みが放散するか、手首を強く屈曲させると症状が悪化するかどうかで診断を行います。補助的な検査では、筋電図検査で正中神経の伝導速度の測定などを行います。

が原因と考えられています。その他、仕事や運動による手の使い過ぎ、手首のけが、透析などによっても起こります。いずれも、手根管の内圧が上がることにより、圧迫に弱い正中神経が扁平化し、発症すると考えられています。

手根管症候群と診断されたら、消炎鎮痛剤やビタミンB12などの内服薬や外用薬の処方、仕事や運動の制限、局所の安静のための固定、物理療法、手管内腱鞘内ステロイド注射などの保存的治療が行われます。保存的治療で効果が認められないものや、腫瘍などが原因であるものは、手術が必要です。最近では、小さな皮膚切開による手根管開放術や、内視鏡を用いた鏡視下手根管開放術が行われています。



頭部打撲の診察で最も大切なのは、頭部のけがも、転落や転倒などによるけがも、重症化も違ってきます。頭部が動かない状態でも、衝撃が加わると、骨が折れたり、脳が震動したり、出血がたまり、脳が腫れたり、意識がなくなったり、呼吸が止まったり、死亡する可能性があります。頭部が動かない状態でも、衝撃が加わると、骨が折れたり、脳が震動したり、出血がたまり、脳が腫れたり、意識がなくなったり、呼吸が止まったり、死亡する可能性があります。

かかりつけ医の紹介・相談やこれまでの掲載内容は、医師会事務局へ（ホームページ）http://www.iwaki.or.jp/

## 休日当番医など（6月1日～7月15日）

### 休日 当番医

※症状によっては、専門外となる場合もありますので、不明な場合は、当番医療機関にお問い合わせください。

6月4日(日)	山内クリニック	9時～17時	平谷川瀬	25-8181
	ふかや耳鼻咽喉科		小名浜住吉	58-1187
	なこそ病院		勿来町	65-7755
	ときわ会常磐病院		常磐上湯長谷町	43-4175
11日(日)	中央台たなか眼科	9時～14時	中央台高久	29-1722
	中村病院		小名浜大原	53-3141
	こうじま慈愛病院	9時～17時	錦町	63-5141
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188
18日(日)	長谷川整形外科医院	8時30分～11時30分	平五色町	25-5691
	坂本整形外科医院		平豊間	38-2830
	泉中央クリニック	9時～17時	泉町滝尻	56-6677
	榎田病院		植田町	63-3202
	春山医院		常磐下湯長谷町	44-4011
25日(日)	新田目病院	10時～16時	平上荒川	28-1222
	磐城中央クリニック		小名浜南富岡	53-3511
	呉羽総合病院	9時～17時	錦町	63-2181
	箱崎医院		常磐関船町	42-3131
7月2日(日)	中央台たなか眼科	9時～14時	中央台高久	29-1722
	やまぐち整形外科		鹿島町走熊	29-7000
	呉羽総合病院	9時～17時	錦町	63-2181
	ときわ会常磐病院		常磐上湯長谷町	43-4175
9日(日)	中央台たなか眼科	9時～14時	中央台高久	29-1722
	中村病院		小名浜大原	53-3141
	なこそ病院	9時～17時	勿来町	65-7755
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188

※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防署（☎23-0119）へお問い合わせください。市ホームページでも公開していますので、ご覧ください。

### 休日 診療協力医

※休日当番医の場合は、左表に記載しています。

**【内科】**  
山口医院（平作町）  
9時～17時 ☎24-1811

6月 4日、18日  
7月 2日

**【泌尿器科】**  
ときわ会常磐病院（常磐上湯長谷町）  
9時～15時 ☎43-4175

6月 11日、18日、25日  
7月 9日

**【精神科】**  
新田目病院（平上荒川）  
10時～16時 ☎28-1222

6月 4日、11日、18日  
7月 2日、9日

**【眼科】**  
中央台たなか眼科（中央台高久）  
9時～14時 ☎29-1722

6月 4日、18日、25日

※このほかにも休日に診療している医療機関がありますので、あらかじめかかりつけの医療機関などで確かめてください。

### 日曜 小児専門当番医 9時～12時

6月	4日	しがこどもクリニック	鹿島町久保	58-5505
	11日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘	28-8686
	18日	渡辺クリニック	平南町	25-1170
	25日	こどもクリニックすずき	泉町	56-6336
7月	2日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
	9日	相原小児科医院	内郷御殿町	26-5551

県子ども救急電話相談 ☎024-521-3790または#8000（フッシュ回線・携帯電話）  
毎日 19時～翌朝8時

**休日救急歯科診療所**  
（総合保健福祉センター内）☎27-8620  
日曜日、祝日：9時～12時、13時～16時  
（受付終了時間15時30分）

**休日夜間急病診療所**  
（総合保健福祉センター隣）☎27-1208  
平日：20時～23時 土曜日：20時～翌朝7時  
日曜日：14時～18時、19時～23時  
祝日：9時～13時、14時～18時、19時～23時

●かかりつけ医を持ちましよう

●「レバニ」緊急診察やめまごけ

●救急車は適正に利用しよう

## 脳神経外科医療録③

頭部打撲の診察で最も大切なのは、頭部のけがも、転落や転倒などによるけがも、重症化も違ってきます。頭部が動かない状態でも、衝撃が加わると、骨が折れたり、脳が震動したり、出血がたまり、脳が腫れたり、意識がなくなったり、呼吸が止まったり、死亡する可能性があります。

頭部打撲の診察で最も大切なのは、頭部のけがも、転落や転倒などによるけがも、重症化も違ってきます。頭部が動かない状態でも、衝撃が加わると、骨が折れたり、脳が震動したり、出血がたまり、脳が腫れたり、意識がなくなったり、呼吸が止まったり、死亡する可能性があります。

## けんこうQ&A

**頭部外傷**  
頭部打撲の診察で最も大切なのは、頭部のけがも、転落や転倒などによるけがも、重症化も違ってきます。頭部が動かない状態でも、衝撃が加わると、骨が折れたり、脳が震動したり、出血がたまり、脳が腫れたり、意識がなくなったり、呼吸が止まったり、死亡する可能性があります。

## 産婦人科③

**更年期女性の食事療法**  
更年期女性の食事療法を考えると、重要なことは何ですか？

更年期女性の食事療法を考えると、重要なことは何ですか？

## 更年期女性の食事療法

更年期女性の食事療法を考えると、重要なことは何ですか？

更年期女性の食事療法を考えると、重要なことは何ですか？