

ワンポイントアドバイス

胆嚢結石

川口市立医療センター

消化器外科 船水 尚武



胆石は存在部位に応じて胆嚢、胆管、または肝内胆管結石に分類されます。胆石の約80%は胆嚢結石であり、胆石は肝臓で作られる胆汁が成分になっています。

ここでは胆嚢結石についてお話させていただきます。一般的に胆石の危険因子として、女性、肥満、多産婦や胆道感染などが挙げられます。胆石を持っているかたの20～50%に右季肋部痛や心窩部痛などの症状がでるといわれています。これが胆石発作であり、典型例では脂っこい食事後に痛み、数時間で消失します。これに発熱や黄疸を伴う場合は胆嚢炎や胆管炎となっている場合があります、入院が必要になります。重篤な場合、ショック状態となることがあるので注意が必要です。

胆嚢結石は腹部超音波や腹部CT、腹部MRIで比較的容易に診断可能ですので、食後の上腹部の痛みがあるかたは検査をお勧めします。症状があるかたは胆石の手術が必要となります。腹腔鏡手術が一般的で、胆嚢ごと切除する方法が行われています。当院では手術前日に入院し、手術後2・3日で退院する日程を組んでいます。胆嚢炎を繰り返すことで、炎症による癒着が強いかたは残念ながら開腹手術となる場合があります。開腹手術を行った場合、術後1週間ほど入院することが多いです。このように術後の入院日数や創の大きさに差が出ますので、症状があれば、まずはかかりつけ医にご相談ください。

すこやか生活習慣

ノロウイルス

乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層で急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。特に冬季に多発し、潜伏期間は1・2日で、主な症状は吐き気、嘔吐、下痢などです。一般的には2・3日で回復しますが、高齢者や乳幼児は脱水症状や体力の消耗で重症になる事もあります。

感染経路は、ウイルスに汚染された食品を不十分な加熱で食べたことによる「食中毒」と、ノロウイルス感染者からの感染があります。便・吐物に触れた手から感染する「接触感染」、吐物などの飛沫を吸って感染する「飛沫感染」、便・吐物の処理が不十分なため、乾燥して舞い上がったウイルスを吸って感染する「空気感染」があります。

予防方法

- 食品の中心温度が85℃以上で90秒以上になるようしっかり加熱して食べましょう。
- 食事の前やトイレの後などは、せっけんを使いしっかりと手を洗いましょう。タオルの共用はやめましょう。
- 下痢やおう吐などの症状があるかたは、食品を取り扱う作業をしないようにしましょう。
- 便や吐物の処理をする時は、必ずビニール手袋、マスク、ペーパータオルなどを使い、ふき取った吐物はすぐにビニール袋にいれましょう。消毒は次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を薄めたものを使用しましょう。



感染したら

飲める物を少しずつ飲んで脱水を予防しましょう。自力で水分補給が出来ない場合には、医療機関を受診しましょう。

症状が改善してもしばらくの間はウイルスが入った便が出ます。他の人に移さないためにも排泄後のトイレのウイルスの除去、手洗いが大切です。

防犯

身近な犯罪被害に注意しましょう

12月は慌ただしさから、防犯意識が薄れがちとなり、犯罪が多発する時期です。

対策を心掛け、「被害ゼロ」で明るい新年を迎えましょう。

防犯対策

1 ひったくり対策

- ・バッグを車道と反対側に持つ。
- ・音楽を聴きながら、携帯電話を操作しながらなど「ながら歩行」はしない。
- ・自転車の前カゴに防犯カバーをつける。

2 侵入盗対策

- ・玄関や窓の鍵を二重にする。
- ・ごみ出しなど短時間の外出でも確実な戸締りと施錠をする。
- ・数日間の留守でも、新聞や郵便物は止めてもらう。

3 車上狙い対策

- ・車の施錠を確実に行う。
- ・貴重品を車内に置いたままにしない。
- ・夜間の照明設備があり、見通しのよい駐車場を選ぶ。

問防犯対策室 ☎048-242-6361

ひと

あるべき姿を目指して

ものづくりマイスター

小谷 孝夫さん(新井宿)

日によって異なる工場内の温度や湿度、材料の配合比率。

東日本大震災では、自社の福島工場が被災。キューポラや電気炉が倒壊するなど大きな被害を受けた。地震発生後3日後に現地入り、余震が続き携帯電話の緊急地震速報が鳴り響く中、設備の修理に没頭した。工場の再稼働は無理だという声もあったが、長年世話になった会社に対し、自分にはできないことで恩返しをしたかった」と当時を振り返る。被災から1カ月後には工場の稼働を再開。復旧ではなく復興、作業員が生き生きと仕事に打ち込めるという現場のあるべき姿への再生を目指した。

平成26年には熟練した技術が評価され「厚生労働省もの



鹿児島の中学校を卒業後、自動車部品を製作する川口市内の企業に就職。昼間働き、夜は職業訓練校に通う生活を3年間続け、鑄造の基礎を学んだ。「当時の若者はハングリ―精神に溢れていた。周りに負けじと必死だった」。卒業後も53年間、鑄物製作一筋で歩

づくりマイスター(鑄造業種)に県内で初めて認定。「時代に合わせどんなものでも作れるこの技術を絶やすわけにはいかない」と現在では週に1・2回、自社だけでなく他社の後進育成にも取り組んでいる。本業の傍ら、ものづくりマイスター制度を紹介する講演も行う。「良いものを作り続けることではない。市内のものづくりマイスターを増やし、川口の鑄物の質をさらに高めたい」。この思いが受け継がれる伝統の火が消えることはないだろう。(敬)