

腰の痛み

川口市立医療センター 整形外科 **大島 正史**



腰痛の原因は？

腰痛の原因は運動器(椎体、椎間板、筋肉)の加齢変化、炎症、骨折、疲労などさまざまです。また、尿管結石や子宮内腺症など内臓が原因の痛みもあります。さらに、非特異的腰痛といわれる原因不明の腰痛、ストレスや過労などで心理社会的要因が関与していることもあります。時に危険な腰痛として、大血管のコブ(動脈瘤)やがんの骨転移など、命に関わる早急に治療が必要な病気の場合もあります。

足のしびれや痛みがある？

腰椎椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症など神経が障害されると、足の痛みやしびれで歩行や日常生活が困難となります。治療は内服薬が基本となり、椎間板ヘルニアであれば9割以上、脊柱管狭窄症であれば5割以上は手術しないで痛みが改善できるようになってきています。しかし、神経の障害が強い場合にはいまだに手術が必要な場合があります。病状が進行し過ぎていると手術しても良くならないことがあり、適切な時期に適切な治療を行うことが重要です。

骨粗しょう症と腰痛？

近年の高齢化社会において骨粗しょう症による椎体骨折(いつの間にか骨折)も問題となっています。安静と骨粗しょう症の治療が基本ですが、骨がつかない状態(偽関節)による痛みで動けない状況になることがあります。その場合には、椎体形成術(バルーンで椎体内を広げて骨セメントを入れる20分程度の手術)で痛みを改善する治療もあります。

禁煙のすすめ

たばこの健康への害は受動喫煙(非喫煙者がたばこの煙を吸わされること)も含め、よく知られています。最近では加熱式たばこでも受動喫煙が起こるといわれ、近年喫煙者を取り巻く環境は厳しくなっています。これを機に一念発起して禁煙チャレンジをしてみませんか。

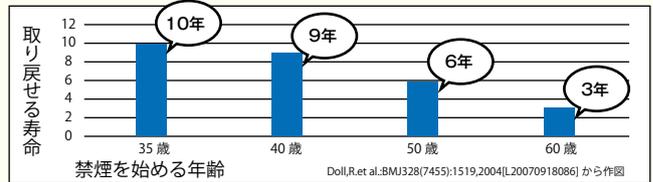
〈禁煙外来の活用を〉

たばこをやめられないのは、意志が弱いからでなくニコチン依存症によるものです。そのため、自分の意志だけで乗り越えられないのも当然といえます。禁煙外来を上手に利用しましょう。

禁煙外来は健康保険が適用され、3カ月に5回程度、受診するだけです。健康保険を適用すると費用は約13,000円~20,000円、対するたばこは仮に1日1箱、1箱440円とすると39,600円です。そう考えると、思ったよりお手頃ではないでしょうか。

「今さら禁煙なんて……。」と考えているかた、今からでも十分に効果はあります。喫煙者は非喫煙者に比べて、寿命が10年も短いといわれていますが、禁煙をすることで寿命は取り戻せます。遅すぎることはありません。ぜひ、禁煙チャレンジをしてみてください。

禁煙外来を実施している市内医療機関の一覧を市ホームページに掲載していますので、受診してみてください。



イベントスケジュール

7日(土)・8日(日) →20ページ **4月**
第85回春の安行花植木まつり
場 川口緑化センターほか

7日(土)・8日(日)
日本女子プロ野球川口市民応援デー
場 青木町公園総合運動場野球場

7日(土)~20日(日) →20ページ
地域のなかのアートな居場所 Aplus×ATLIA
場 アートギャラリー・アトリア

17日(火)~13日(日) →14ページ
端午の節供 五月人形の展示公開
場 旧田中家住宅

29日(祝) →14ページ
第31回グリーンロード・ウォーキング
場 戸塚安行駅前広場

3日(祝)~6日(日) →21ページ **5月**
スプリングフェア2018
場 グリーンセンター

5日(祝) →20ページ
第30回記念みどりの地球号in安行
場 安行スポーツセンター

13日(日)
第36回芝のふるさとまつり
場 芝スポーツセンター



七宝の美しさに魅せられて

七宝 吉田 武さん
よしだ たけし

仏教の経典にある七種類の寶石に匹敵するほどの美しさからその名が付けられた「七宝」。金属の素地にガラス質の釉薬を何層にも焼き付けることで、光のあたる角度によって色が変化する奥深い色合いを放つ。「焼き付けが終わるまで、描いた絵柄がどんな色彩になるか分からない。七宝を始めて50年以上経ちますが、窯出しの時はいまだに緊張します」。

当初は油絵の洋画家を目指し、高校卒業後、本格的に活動を開始。全国展選抜展での文部大臣賞受賞を機に新潟県から上京したが、絵の世界で生きていくのは厳しかった。そんな中で始めた七宝工房での絵柄を描くアルバイ



瓶はローマ法王へ贈られるなど多くの作品が海外の王室や、政府への贈り物として選ばれている。

現在は、七宝の普及活動にも注力。「七宝の良さを、実際に触れ、使うことで多くの人に知ってほしい。」と願い、制作体験教室の開催や、普段使いのできる手頃な七宝制作などを行っている。

「本当に満足できるものは、まだできていません。いまだに試行錯誤の日々です。一と優しく微笑む。さらなる高みを目指す匠が、これからも私たちの感動を呼ぶ作品を生み出してくれるだろう。(敬)