

# 男性の3人に1人が経験



## そけい 鼠径ヘルニア

太ももの付け根につばり感があったので、見ると皮膚がモッコリ膨らんできた。男性の3人に1人が一生のうち一度は経験するという「鼠径ヘルニア(脱腸)」だ。医療の進歩で日帰り～1泊2日の手術も普及している。早めに消化器外科などに相談したい。

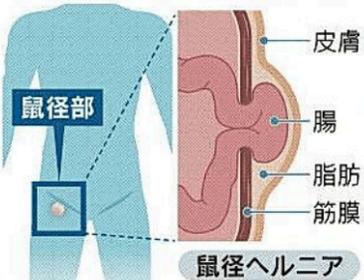
胃、腸、肝臓など腹部の臓器は、腹膜という袋に包まれ、外側を筋膜がしっかりと守っている。ただ、筋膜には脚の付け根などに脆弱なところがあり、そこから腹膜に包まれた腸の一部が飛び出てしまった状態が、鼠径ヘルニアだ。先天的なヘルニアは乳幼児のときに発見され、4～5歳までに治療を受けるが、大人のヘルニアは、加齢による筋力の低下などが原因で、手術治療を受ける人は40代から増え始めピークは70代だ。下腹部のつばり感や違和感で膨らみに気づくことが多い。指で押せばひっこむため、手術治療に二の足を踏む人も多いが、だんだん膨らみが大きくなり、ゴルフなどスポーツをしたときにも痛みが出てくるようになる。近年、患者の体の負担の小さな手術治療が次々と登場。つらい症状が出る前、仕事に余裕があるときなどに気軽に相談・治療を行える医療機関も登場している。今年10月に地域の治療拠点として設立された山下病院・尾張そけいヘルニアセンター(愛知県一宮市)の広瀬友昭センター長は「繊細な部分の

## 放置は危険 / 日帰り手術も可能に

病気なので、がまんする人も多い。ただ、放置すると嵌頓ヘルニアという危険な状態を引き起こすこともある」と指摘する。これは、重いものを持ち上げたときなどに腸が大きく飛び出して「うっ血」し、戻らなくなった状態。腸が壊死し内容物が漏れ出して腹膜炎を起せば緊急手術になる。そうなる前に受けたい体の負担の小さな手術とどのようなものか。執行クリニック(東京・新宿)の執行友成院長は「かつては、腸が飛び出した部分の腹膜を縫合する手術が一般的だったが、術後の痛みが強く入院期間も長い上、再発することもあった」と解説する。それに対して、現在の主流は腹膜と筋膜の間にポリプロピレンでできたメッシュを挿入し、筋膜を補強することで腸が再び飛び出ないようにガイドする手術治療だ。局所麻酔で患部を2～5センチ程度切開する「鼠径部切開法」が一般的で、手術時間も30分から1時間ですむ。術後は腹部に圧力がかからないよう安静にする必要があり、1泊2日～3泊4日の治療が

多い。執行クリニックでは患者が選択できるが「4人に3人は1泊2日を選択している」と執行院長。という。患者の要望によっては「日帰り手術」をする医療機関も増えてきた。新たな治療法には内視鏡手術もある。腹部3カ所に5～12mmの穴を開け、内視鏡(腹腔鏡)と鉗子などの手術道具を挿入して治療する。広瀬センター長は「おなかの中を確認しながらできる手術」と解説。また、左右同時に手術することも可能だ。術後の痛みや安静が必要な期間が「鼠径部切開法」より短いため、内視鏡による日帰り手術をする医療機関もあるが、内視鏡手術特有の合併症のリスクもある上、治療費も高額になる。「鼠径部切開法」と内視鏡手術のメリットとデメリットについて十分な説明を受けてから治療を選択してほしい」と執行院長はアドバイスする。鼠径ヘルニアが大きくなると、重い荷物を持ち上げる人などでは爆弾をかかえているようなもの。広瀬センター長は「痛みを感じながらの生活はストレスも大きい。自然に治ることがない病気なので、早めに医療機関に相談してほしい」と話す。(ライター 荒川 直樹)

### 鼠径ヘルニア(脱腸)とは



●筋膜の一部が内側からの圧力により脆弱になり、鼠径部(脚の付け根)から腸の一部が飛び出した状態  
●5対1から10対1の割合で男性に多く、男性では3人に1人が一生のうち経験する

### 初期症状に注意 がまんせず早めに相談

#### こんなサインは膨らみチェック

- 下腹部のつばり感
- 不快感や違和感
- 内臓がひっぱられる感覚

#### 注意!

- 鼠径ヘルニアは腹筋運動などでは改善しない
- 補助器具(ヘルニアバンドなど)は一時的使用
- 早めに手術治療を行っている外科などに相談する

#### 自然に進んでいくヘルニア

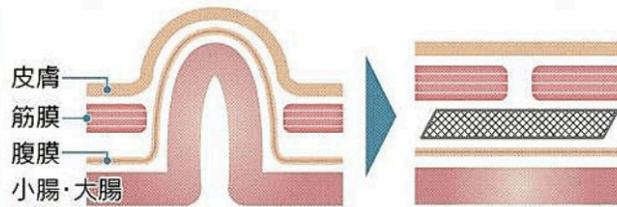
- ▶膨らみが大きくなる
- ▶押し戻りにくくなる
- ▶歩いたり運動したりしても痛くなる

#### 放置すると緊急手術に

飛び出した腸などがうっ血状態になり、押し戻りも戻らず腸が壊死することもある危険な「嵌頓(かんとん)ヘルニア」状態に



### 日帰り～3泊4日のメッシュ手術が普及



#### 腸をメッシュで押さえる

破れた筋膜を閉じるのではなく、筋肉と腹膜の間にメッシュを入れて腸が飛び出ないようにする

#### 傷口は目立たない

皮膚を切開する場合は2～5センチほど。内視鏡では、5～12ミリほどの穴を3カ所開けて治療する

#### 施設によっては日帰り手術も

日帰り手術から長くても3泊4日で治療可能。鼠径部切開法の治療費は4～7万円程度(3割自己負担)

### どんな人がなりやすい?

#### 40代以降の人

先天性のヘルニアは4～5歳までに手術治療を受ける。成人の手術件数は40代から高まりピークは70代

#### 腹圧が高まりやすい人

- 仕事で重いものを持ち上げる
- 立ち仕事が多い
- 便秘症である
- 声楽家
- 金管楽器を演奏
- 頻繁に咳が出る
- 多産、産後の女性



#### 基礎疾患のある人

- 肥満
- 前立腺肥大症