



MY HOME DOCTOR

生きがい



散歩道

坂本八幡宮

2019年4月1日、新元号の「令和（れいわ）」が発表されました。万葉集の「初春の令月にして、気淑く風和ぎ、梅は鏡前の粉を披き、蘭は珮後の香を薫らす」から二文字とって命名され、ゆかりの地である福岡県太宰府市にある坂本八幡宮には多くの人が訪れています。



健康 随筆

曾田豊二文庫のこと

おりだ
折田 悦郎



本を読んでいると、本から発せられるパワーとでもいったものを感じることもある。私はいわゆるハウツー本は読まないで、しいて言えば「古典」の持つ力とでもいったものであろうか。

ところでこのたび、西福岡病院の隣接

地に曾田豊二文庫が開設された。同病院の創立者である安藤精彌（安藤文英理事長の御尊父。一九三三年～二〇二二年）と九州帝国大学医学部への入学が一緒であった、曾田豊二の旧蔵書約三万冊を中心に構築された文庫である。

曾田豊二（一九二五年～二〇一七年）。一九七二年、九州大学医学部助教授から福岡大学医学部耳鼻咽喉科の初代教授となり、一九八八年～九二年には日本耳鼻咽喉科学会の理事長も務めた、耳鼻咽喉学の泰斗である。曾田は福大教授退任後は西福岡病院に勤務する傍ら、名誉教授仲間を誘って市民を対象とする無料健康相談「養生相談室」を開設した。これは学友の安藤精彌が福岡市内天神の西福岡病院サテライト・クリニックの一室を「養生相談室」のスペースとして提供したものである。「養生相談室」はその後、別の会場に移ったが、五〇〇名を超える健康相談に応じたという。西福岡病院の地は、曾田にとってもまた曾田に繋がる人々にとっても、ゆかりのある場所だった。

曾田文庫の内容は、文学、哲学、歴史、政治、文化、自然科学と大変に幅広い。そこには旧制高校世代の持つ教養主義の源泉が見て取れるが、同時に同文庫は、本の力だけではなく、地の縁、人の縁の力に満たされたパワースポットでもある。

皆さん、そのような曾田文庫を訪れ、本を直接手にしてみませんか。元気になること請け合いです。

（九州大学文学館 教授）

西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される
納得と安心の医療・介護・
福祉の提供を目指します。

特集

お尻の痛みについて

整形外科 医師 高比良 知也

お尻の痛み

私も整形外科医になって20年くらいが経ち、それなりの数の患者さんを診てきました。整形外科医の一番の仕事は患者さんの痛みをとることだと考えています。患者さんは様々な部位の痛みを訴えられますが、今回は私の外来を受診される中で一番悩んでいる人が多いと思われる、お尻の痛みについて書いてみます。なお、書いてある内容が一般的に言われていることや本に書いてあることとは違うことがあるかもしれません。しかし、おそらく嘘は言っていないと思いますのでその点をご容赦ください。



お尻がだるくなったり、太ももから足にかけてのしびれに悩まされている人は非常に多いです。そんな症状がある患者さんの一例を見てみま



しょう。この患者さんは特にきつかけがあるわけが無いのに、お尻が痛くなってしまう。手持ちの湿布薬を貼って様子をみていましたが痛みは全然改善しません。とうとう太ももの後ろまでしびれてきたため、ある整形外科を受診することにしました。そこではレントゲンを撮られました。その結果、「背骨の骨と骨の間の狭くなっているところがありますね。ここにヘルニアがあるかもしれません。坐骨神経痛ですね、ここで神経が圧迫されているのでしょ

う。」などと言われ、薬、たとえばロキソニンのような痛み止めやリリカといった神経痛に効くとされる薬を処方されました。

このような経験がある患者さんは少なからずおられるでしょう。このようなやり取りが今日も日本中、世界中の整形外科医と患者さんの間で交わされていると思います。また、薬でもリハビリでも効果がない場合は手術を勧められることがあります。しかし、残念ながら手術で神経の周りの圧迫をとっても症状が変わらない人がおられます。ちなみにそのような患者さんは決して手術自体が失敗したわけではありません。実際に経過がパツとしない患者さんの検査をしてみると、術前にあった神経の圧迫はきれいさっぱりとれていくのです。それでは、なぜ症状がとれないのでしょうか？それはもともとの症状が神経の圧迫によるものではなかった、すなわち診断が間違っていたと考えるのが妥当じゃないでしょうか。あるいは間違いまではいいなくても、神経以外にも原因があり、それが痛みにならず関与していた可能性はあると思います。

お尻の痛みの原因にはどのようなものがあるのでしょうか。お尻の盛り

ふくおかの
自然探訪

vol.5

体験活動協会 FEA 理事長

谷 正之

志免のボタ山



酒殿駅方面から望むボタ山

車で県道607号線「長者原」交差点から県道24号線に入る。3kmメートル程南進し、シーメイト（志免町総合福祉施設）の駐車場に止める。

シーメイト敷地内に、国指定重要文化財の旧志免鋳業所竪坑（竪坑）と第五坑西側坑口がある。竪坑、斜坑口、そしてボタ山が残るのは日本ではここだけのこと。

ここボタ山（西原硬山）は志免町、須恵町、粕屋町の三町で所有。1964年に閉山され、今では森を形成している。

上がっている部分の下には皮下脂肪があります。その下には筋肉、神経、血管、靱帯、骨、関節などがあります。お尻の痛みはこれらお尻に存在する構造物、さらにはお尻より少し頭に近い、腰部に存在する背骨の間の関節（椎間関節）や神経根と言われる脊髄から神経が枝分かれした部分が原因（病名としては腰椎椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症など）で生じることもあります。別表にお尻の痛みをきたす原因を思いつくまにまとめてみました。紙幅の都合上すべてについて説明することが出来ませんので、重要と思う点についてのみ述べたいと思います。

まず、どこが原因の痛みでも症状はさほど変わらないということを知っておいてください。大抵お尻の痛みとそれより末梢のしびれや痛みを生じます。太ももや足がしびれると神経が原因と考えがちですが、仙腸関節や筋肉が原因でも下肢にしびれをきたし得るので注意が必要です。さらに、何が原因でも治療も大きくは変わらず、薬や注射、リハビリなどを行うことになります。お尻の筋肉は立ち上がったたり歩いたりするような日常動作で酷使される部分ですので、筋肉が原因の場合は、長時間同じ姿勢でない、お尻のポケットに物を入れないなどといった

生活スタイルの見直しも有効です。どうしても治らない場合は手術を勧められることもあります。私はあまり手術を勧めることはないのですが、今回表にあげた中では変形性股関節症に対する人工股関節置換術だけは痛みがすっきりとれる可能性が高く、手術成績が安定していますので積極的に受けてよい手術だと思います。

お尻の痛みは坐骨神経痛と一言で片づけられることが多いのですが、実際には様々な要因で生じます。また、安易に手術をした結果、症状がすっきりしない患者さんが多いのも事実ですので、手術で痛みがとれるものなのかを慎重に見極める必要があります。しかし、上述した通り自覚症状は何が原因でも似ていますので自身で原因を診断するのは難しいと思います。そこで、なかなか治らないお尻の痛みに悩まされている患者さんがおられましたら、気軽に私の外来を受診してください。治療に難渋することもあるでしょうが、なんらかのお力になれるように努力したいと考えています。



お尻の痛みの原因

部位	主な病名	臀部痛以外の症状
股関節	変形性股関節症	歩行時痛、大腿前面痛
仙腸関節		大腿側面痛、座位での痛み、仰向けで眠れない
椎間関節	変形性腰椎症	片側の腰痛、大腿後面痛
腰椎神経根	腰椎椎間板ヘルニア	下肢痛、感覚鈍麻、座位で痛みが増強
	腰部脊柱管狭窄症	下肢痛、感覚鈍麻、排尿障害、歩くと足がジンジン
上殿皮神経		臀部ビリビリ、腰をひねると痛い
坐骨神経	梨状筋症候群	大腿外側のしびれ、長時間の座位が不可能
中殿筋、小殿筋		立ち上がるときの痛み、下肢の鈍痛や痺れ

【注意】これら以外にもお尻の痛みをきたす原因はあります。また、症状がすべてそろったのはまれですし、典型的な症状をきたさない場合も多いです。



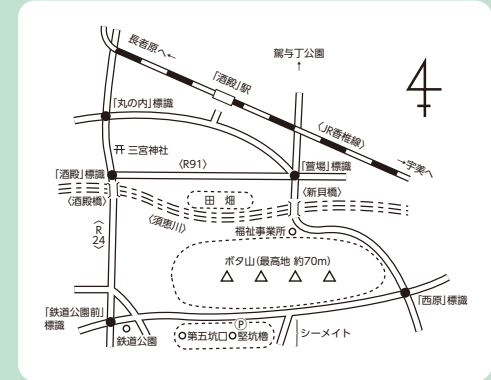
旧志免鉱業所竪坑櫓

入山禁止のため道路脇から観察する。四季を通じて、いろいろな植物や野鳥と出会う。山姿は酒殿駅方面から一望できる。山麓北側の田畑で、ケリ、タゲリなどの珍鳥と遭遇することもある。

町の特別行事のときに入山できる機会がある。頂上からの展望は抜群だ。

場所 糟屋郡志免町・須恵町・粕屋町

一ロメモ 酒殿駅からシーメイトまで、酒殿橋または新貝橋経由で共に徒歩約30分。



ご案内

西陵公民館 ☎092-891-6342

地域づくり講座

「ごきぶり団子づくり」

日時 5月10日(金)
10:00
～ 12:00

- ◎場所 西陵公民館 講堂
- ◎対象 校区住民
- ◎指導 地域指導者 橋本節子さん
- ◎費用 300円
- ◎申し込み先:西陵公民館まで
共催:保健衛生連合会
- *皆さまの参加をお待ちしています。

高齢者教室

「食事をつくる健康ライフ」

日時 5月29日(水)
10:00～12:00

- ◎場所 西陵公民館 講堂
- ◎指導 管理栄養士 竹下和子さん
- ◎対象 60歳以上の方
- ◎費用 500円
(老人クラブ加入者は無料)
- ◎定員 30名(定員になり次第
締め切ります)
- ◎申し込み:5月1日から受け付けします。

健康講話

《今月のテーマ》

寝たきり予防のための食事について

とき 令和元年 5月25日(土)

午前10時より午前11時まで

場所 医療法人西福岡病院 本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住所 西区 生の松原3-18-8

講師 栄養科 福田 彩絵

会費 無料

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外来診察表

診療科目	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内科	中村	中村	中村		中村	児玉					交代
呼吸器内科	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	渡辺	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	渡辺		
消化器内科	國武	久富	高野	高野	落合(2・4)	吉川	高野	高野/久富	吉川	落合	
循環器内科	國武	國武	國武	國武	國武(1・3・5)	國武			國武	國武	
糖尿病内科	蓼田	中垣	安藤(文)(予約制)	宮本	宮本	中垣	安藤(文)(予約制) 宮本	蓼田	蓼田	非常勤(15:00まで)	北原(2・4)
脳神経内科	大園	松尾	松尾	松尾	松尾	大園	松尾	松尾	大園/松尾		
呼吸器外科	下田		井野	下田		下田	下田		井野		橋本(1・3・5) 姫野(2・4)
外科	緒方				齋藤		迫田(1・3・5) 林(2・4)				
整形外科・リハビリテーション科	中垣		非常勤	中垣	中垣		非常勤	非常勤	非常勤	非常勤	
泌尿器科	高比良		高比良			高比良	高比良		非常勤	非常勤	非常勤
皮膚科		非常勤		非常勤				非常勤			
眼科	石橋		石橋		石橋		石橋		石橋		
耳鼻咽喉科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
婦人科	非常勤		非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		非常勤		非常勤
緩和ケア内科			川上	川上					川上	川上	
腫瘍内科							川上				
禁煙外来			國武(予約制)								

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覧表もごさいます。)

新院長就任挨拶

意欲するつもりです。

若かりし頃の西福岡病院での診療を通して学んだ多くの貴重な体験を思い出しながら、病院のさらなる発展のために、職員全員の方が誇りをもって働ける職場を作るべく誠心誠意努力するつもりです。

植え付けてくれました。

その後の私にいつか西福岡病院で仕事をしたいという気持ちを植え付けてくれました。

振り返ってみれば医師になつて43年、医師免許を取得してわずか半年後に週1回当直医として勤務するようになったのが西福岡病院での診療の始まりでした。以後、大名クリニックや本院の呼吸器内科外来などを担当させていただき今に至りました。右も左もわからない新米医師としての診療体験は、その後の私にいつか西福岡病院で仕事をしたいという気持ちを植え付けてくれました。



渡辺 憲太郎
わたなべ けんたろう

どうぞよろしく
お願いします