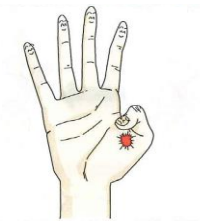
白鳥病院だより

2025 年
10月1日

発行：香川県立白鳥病院　〒769-2788 東かがわ市松原 963　電話 0879-25-4154

手のお悩みありませんか？



腕や手に関する障害やけが全般について診断し、治療を行う整形外科の専門領域に「**手外科**」があります。生活に密着する領域だけに、病気を放置することは生活の質の大きな低下につながります。当院では**日本手外科学会認定専門医**による手外科の専門的な診療を行っています。手外科の代表的な病気についてご紹介します。

◎ ばね指（腱鞘炎）

手の使い過ぎなどによる腱鞘炎は、そのまま放置するとばね指になります。ばね指の症状は親指、中指、薬指に出ることが多く、指の付け根の痛みや、指を曲げ伸ばすと引っ掛かった感じがします。まずはお薬や、ブロック注射などの治療を行いますが、改善がない場合は手術が必要になります。「**腱鞘切開術**」といって、比較的短時間の日帰り手術で多くの場合、早期に症状の改善が得られます。

◎ 手根管症候群

手根管症候群は、手首の正中神経が靱帯に圧迫されて夜間に痛みが出るのが特徴で、朝方に親指から薬指にかけてじんじんとしびれ、痛みで目が覚めるといった症状の特徴があります。進行すると親指の付け根の筋肉が痩せて力が入れづらくなり、箸の使用やボタン掛けがしにくくなります。ばね指と同様、お薬などの治療で効果がなければ、厚くなった靱帯を切り離す「**手根管開放術**」を行います。当院では内視鏡を用いて低侵襲な手術も行っています。

◎ ヘバーデン結節

更年期以降の女性に多い手の変形性関節症のひとつです。お薬や貼り薬、テーピングや装具などにより治療を行います。変形がひどい時や、痛みが強い場合には、関節を固定する手術を行うこともあり、当院でも行っています。

手外科の代表的な３つの病気を紹介しましたが、近年では女性ホルモンの低下による更年期障害が原因のひとつであることがわかっています。女性ホルモン低下に対しては、エクオールのサプリメント療法が最近注目されています。当院でも積極的にエクオールのサプリメント療法をおすすめしていますので、**手の疾患でお悩みの方は、ぜひ整形外科を受診してください。**

コロナ予防接種の予約を開始します

対象：① **満 65 才以上の方**（または、60～64 才で心・腎・肺の機能障害がある方）
② **15 才以上 64 才未満の方**（任意接種）

【 電 話 番 号 】 080-2859-9466　 080-2859-9467
【予約受付開始】令和７年 10 月１日（水）～　定員に達するまで。
【予約受付時間】15：00～17：00
【 接 種 期 間】令和７年 10 月 23 日（木）～令和８年３月 31 日（火）の期間の
木曜日のみ　14：30～
【自己負担額】①：4,500 円（東かがわ市・さぬき市）②：15,575 円（全額自己負担）

インフルエンザ予防接種の予約を開始します

高校生以上の方は以下のとおりです。（**中学生以下は小児科へお問い合わせください**）

【 電 話 番 号 】0879-25-4154
【予約受付開始】令和７年 10 月１日（水）～　定員に達するまで。
【予約受付時間】8：30～17：00
【 接 種 期 間】令和７年 10 月 20 日（月）～令和８年３月 31 日（火）の期間の
月・火・水曜日　14：00～、15：00～
【 自己負担額 】年齢やお住まいの地域などにより異なりますのでご注意ください。

※各ワクチン接種をご希望の方は、**お電話又は中央受付**でのご予約をお願いします。

（予約数の上限に達した場合は、受付を終了しますのでご了承ください。）

10 月 20 日は 世界骨粗鬆症デー

日本では 1，590 万人（推計）が **「骨粗鬆症」**

50 歳以上の場合、女性の３人に１人、男性の５人に１人は骨折を経験

- 日光浴
- 適度な運動
- バランスの良い食事
- 骨密度測定

骨の健康に向き合いましょう！