

### 第3回

## たかちゅうの 読むと体に 効く話



～お腹のズキズキ、盲腸かも!?  
早期発見なら手術いらず～

「盲腸」の呼び名で知られる虫垂炎。実は「気温が高い夏の時期に発症が多い」という報告があります。症状の特徴や対処法を知って、早期発見、早期治療を目指しましょう！

### 《虫垂炎とは？症状は？》

盲腸(虫垂炎)は、約15人に1人がなるといわれるほど身近な病気。子どもからお年寄りまで幅広い年代におこります。虫垂炎になると、みぞおちやへその周りが

ズキズキと痛み出し、炎症の進行に伴い右下腹部痛に変わってきます。腹痛に伴って吐き気、嘔吐、食欲不振などが出現し、熱が出ることも珍しくありません。

虫垂炎の治療は早いほど良いのですが、高齢者の場合は症状を感じにくく、来院時にはすでに重症という例もあります。治療が遅れると、虫垂が破れてより重症な腹膜炎に至るおそれがあるので、注意が必要です。

### 《治療方法》

かつて虫垂は切除しても特に影響がないと考えられ、虫垂を切除する外科手術が主流でした。しかし近年の研究で虫垂には免疫や腸内細菌のバランスを保つ役割があるとわかってきました。

早期発見であれば、抗生剤を投与して経過をみて治療することができます。それでも良くならないもの、腹膜炎の症状があるもの、虫垂炎を繰り返す方は手術の対象となります。ほとんどの場合、体への負担が少ない腹腔鏡手術が可能です。

### 《虫垂炎を防ぐ方法はあるの？》

食物繊維を多くとっている人は、そうでない人より虫垂炎になりにくいという調査データがあります。虫

垂炎の最大の原因は、消化物(うんち)が固まり、虫垂をふさいでしまつことだと考えられています。そこから考えると、少なくとも腸の環境を良いものに保つとすることは、虫垂炎を予防することにもつながるかもしれない、ということはやさそうです。ぜひ、海藻類や野菜など、食物繊維が豊富な食材をバランスよく取り入れた食生活を心がけてみてください。

虫垂炎を疑う場合は早めに診察を受け、ひどくなる前に的確な治療法を相談されるのが最良と思われるです。



お問合せ・ご予約 高島  
平中央総合病院 39336  
17451。