

新^{しん} 緑^{みどり} ニ ュ ー ス

病院の理念

確かな医療技術
やさしい対応
地域への貢献

さんきかい よこはましんみどりそうごうびょういん
医療法人社団 三喜会 横浜新緑総合病院
〒226-0025 横浜市緑区十日市場町1726-7
TEL. 045-984-2400 (代表) FAX. 045-983-4271
発行 地域医療連携室 TEL.045-984-6216 (直通)



ひニョッキ講座 尿管結石

泌尿器科 部長 石川公庸

「生涯に10人に1人はかかる」「出産に匹敵する痛みがある」なんて言われると恐ろしいですね。そんな病気が「尿管結石」で、冬よりも夏に救急車で病院に運ばれることが多いのです。

尿管結石と胆石は同じ「石」でも別物です。尿管結石は尿が濃くなった時などに尿中のシュウ酸、尿酸などの物質が結晶化して、だんだん大きくなり結石となります。結石は腎臓で作られますが、腎臓にあれば痛みはなく、人間ドックの



超音波検査や尿潜血の精密検査で発見されることも少なくありません。ところが、結石が尿管に下降すると尿管は通り道が狭いので尿の流れが妨げられ、その上方では尿が渋滞し腎臓（正しくは腎盂）に圧力がかかり疝痛発作と呼ばれる腰背部の激痛を引き起こします。この激痛は、ある日突然に冷や汗や吐き気を伴っておこり、救急車を要請するくらいの痛みです。通常痛みは強弱を繰り返します。尿管結石が膀胱近くにまで下降すると残尿感や頻尿といった膀胱炎の症状が現れます。

検査として尿検査や画像検査・採血検査が行われます。

尿管結石を確実に場所や大きさを把握できる検査としてはCT検査が最も有効です。尿管結石の治療は概ね大きさによって決まてきます。10mm未満であれば鎮



痛剤などの薬剤を使い自然に排石を待つ保存療法が基本になります。結石がなかなか排石しない場合や水腎症で腎機能が悪化する懸念がある場合、疝痛発作の繰り返して日常生活の質が著しく損なわれる場合には結石を砕く手術を行います。また、腎盂腎炎といって高熱を生じる腎臓の感染症をきたす場合には尿管にステントと呼ばれる細いチューブを入れ尿の流れを確保する緊急手術が必要になります。10mm以上であれば自然に排石しませんので結石を砕く手術が必要です。尿管結石の手術は当院で行っていないので診療情報提供書（紹介状）をご用意いたします。

尿管結石は再発を起こしやすい病気であるため、治癒後も予防が必要です。細かく生活上の注意を達成することは難しいため、「就寝前に食事をしないこと」と「1日2リットル以上飲水すること」の2つを厳守するようにお話しています。就寝中は水分補給がなく発汗などにより脱水傾向になること、尿量を



少なくするために尿濃縮傾向にあることから結石が出来やすい環境です。さらに夕食から就寝までの時間が短いと就寝中に夕食で食べた結石の原料になる物質が尿にたくさん出て結石ができやすいです。また、心臓病や緑内障の方は担当医と要相談ですが、慢性的な脱水状態や水分摂取不足では尿が濃くなり結石を作りやすいです。水分補給は水道水、ミネラルウォーター、麦茶やほうじ茶が好ましいです。スポーツドリンクや甘味飲料は糖分が多く含まれるため、尿中の尿酸とシュウ酸の排出量が増え結石発生の危険が高まります。アルコールは尿量増加には役立ちますが、尿中の尿酸排泄増加と脱水を招くためソフトドリンクと一緒に飲んでください。



これ以上に詳しい解説として、「ひニョッキ」先生から4回に分けてわかりやすい動画を配信しています。どれも3～5分とスキマ時間で見られます。尿管結石を経験した方も、していない方も是非ご視聴ください！

- ①「尿管結石とはどんな病気？」：どんな病気なのかイメージをつかんでいただけます。
- ②「尿管結石の診断と治療」：どんな検査があるのか、どんな治療をするのか知れます。
- ③「尿管結石で緊急手術」：どんな時に、どんな緊急手術になるか知れます。
- ④「尿管結石の予防」：大事な2点…飲水励行・夜食厳禁を守りましょう。

動画はこちらから→





7月より選定療養費がかかります

令和7年4月より、かかりつけ医から紹介された患者さんに、より専門的な治療・検査を提供する医療機関として、神奈川県から紹介受診重点医療機関の指定を受けました。

本制度に則り、令和7年7月1日より紹介状なしで受診する場合は、初診時・再診時に選定療養費（初診時7,700円・再診時3,300円）がかかります。

皆さまにおかれましてはご理解くださいますようお願い申し上げます。



第23回日本ヘルニア学会にて優秀賞を受賞しました

2025年5月23日～24日に開催された第23回日本ヘルニア学会にて、外科・消化器外科 副部長 佐々木 一憲医師が優秀賞を受賞しました。

発表演題は「閉鎖孔ヘルニア嵌頓への治療戦略～患者・医師に優しい戦略～」でした。

当院は2023年に「そけいヘルニアセンター」を開設以降、ヘルニアを腹腔鏡で積極的に治療してまいりました。患者さんにとって最適な治療を確かな技術で提供してきたことが、学会に認められたものと考えています。

ヘルニアにお悩みの方がいらっしゃいましたら、そけいヘルニアセンターまでお気軽にご相談下さい。



セコム医療グループ関東地区合同研究発表会

6月14日（土）「第19回セコム医療グループ関東地区合同研究発表会」が開催されました。当院を含む関東地区のセコム提携医療機関が集まり、医療やケアの質向上に向けた日頃の取り組みや研究成果について58演題が発表されました。当院からは、2024年度に行われた院内学術研究発表会で入賞した上位3組が参加し、医事課の「逆紹介推進がもたらした外来収入構成の変化」と地域医療連携室の「そけいヘルニア増患の取り組み」が金賞に選出されました。

～受賞された二名よりメッセージ～

「金賞をいただけて大変嬉しいです。多くの方の支えがあってここまで来られました。今後も周囲への感謝の気持ちを忘れずに業務に臨みたいと思います。」（医事課 森神）

「この度、金賞を頂き大変嬉しく思っております。今回の研究を支えてくれた全ての方々、特に地域医療連携室のメンバーと外科・消化器外科の先生方にこの場を借りて感謝申し上げます。患者さん・地域のために、今後も質の高いアウトプットを続けて参ります。宜しくお願い致します。」（地域医療連携室 高谷）



横浜シニア大学にて講演を行いました

6月20日に、教養の向上・健康の増進などを目的として活動されている横浜シニア大学の方20名を対象に「眠りの質が人生を変える！～睡眠時無呼吸症候群と生活習慣病を克服して健康な毎日を～」と題して、内科 堀井睦夫医師から睡眠時無呼吸症候群の病態・合併症および検査・治療について講演を行いました。

また生活習慣病の予防・対策として、理学療法士は、参加者の皆さんとインターバルトレーニングを一緒に実施し、管理栄養士からは高血圧の食事法であるDASH食の中からミネラルを多く含む食品について紹介しました。

皆さんの熱心にお話を聴く様子から、睡眠時無呼吸症候群についての知識が深まったのではないかと思います。

栄養科 科長 星屋 麻値



WEB版みんなの健康講座

※オンライン配信

病気や健康に関する情報を発信しています。Web版みんなの健康講座はホームページ、スマートフォン（QRコード）からいつでもご視聴いただけます。

