腹部のヘルニア

筋膜が弱くなることで発症する

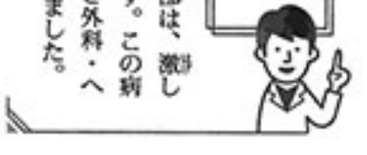
医療 Medical Treatment

今日のポイント

日帰りや短期入院の手術が主流に

宮崎 恭介 院長

腹部に起こる多くの腹壁ヘルニアは無症状ですが、一部は、激しい痛みを引き起こし、すぐに手術が必要なこともあります。この病気について、日本ヘルニア学会で理事を務める「みやざき外科・ヘルニアクリニック（札幌市中央区）」の宮崎恭介院長に聞きました。



初期には痛みを感じないことも

「腹壁ヘルニア」は、その発生部位によって、いくつかの種類があります。発生頻度が最も高く、よく知られているのが「鼠径ヘルニア」で、脚の付け根、脚とおなかの境目の鼠径部と呼ばれる場所で起こります。

鼠径部は、力を入れると最も腹圧がかかりやすい場所で、腹壁を構成する筋肉がなく、薄い筋膜しかありません。その筋膜が、さまざまな要因で弱くなることで、おなかの中にある小腸や大腸などが飛び出してしまうのが、「鼠径ヘルニア（内鼠径ヘルニア、外鼠径ヘルニア）」です。

鼠径靭帯よりも下で起こる「大腿ヘルニア」と合わせて「鼠径部ヘルニア」と総称されます。

鼠径部ヘルニアは、誰もがなり得る病気です。男性では50～60歳代、女性では30～40歳代が好発年齢で、男女比は5対1と、圧倒的に男性に多い疾患です。

立ち上がると鼠径部が膨らみ、横になったり、手で押したりするとへこむという、出たり入ったりすることが主な症状で、初期には、ほとんど痛みなどがありません。

ただし、放置すると、次第に膨らみが大きくなり、腹部膨満感、便秘などの症状を来すこともあります。また、女性では、性周期に合わせて症状が悪化することもあります。

放置による臓器の壊死に注意

鼠径部ヘルニアは、発症する時期によって、「小児鼠径部ヘルニア」と「成人鼠径部ヘルニア」に分かれます。

「小児鼠径部ヘルニア」は、先天性の病気で、発生率は約5％です。1歳以下であれば、自然に治ってしまう場合があります。

「成人鼠径部ヘルニア」では、その70％以上が「外鼠径ヘルニア」です。男性では次に「内鼠径ヘルニア」の頻度が高く、女性の内鼠径ヘルニアはまれです。

一方、大腿ヘルニアは、ほとんどが中年以降の痩せた女性に発症します。加齢によって筋膜が弱くなることが主な原因とされ、ぜんそくや便秘、排尿障害などの他の疾患、女性であれば妊娠、あるいは長年の力仕事や立ち仕事などによる負担も加わって発症するとされています。

鼠径部ヘルニアに次いで多いのが、「臍ヘルニア」です。これは、いわゆる「でべそ」と呼ばれている状態です。乳児に見られる場合は、鼠径部などによる圧迫療法で、1歳ころまでに自然に治る場合もあります。

一方、元々弱く腹圧がかかりやすい場所なので、肥満や妊娠など腹圧が上昇することにより、成人でも発症することがあります。特に成人の場合、放置していると、脱出している臓器が締め付けられて壊死してしまうことがありますので、注意が必要です。

そのほか、頻度は少ないものの、開腹手術を行った跡から生ずる「腹壁瘢痕ヘルニア」、おなかの正中部分から生ずる「上腹壁ヘルニア（白線ヘルニア）」、骨盤の閉鎖孔で生ずる「閉鎖孔ヘルニア」などがあります。

メッシュシートで覆う術式

腹壁ヘルニアの唯一の治療法は手術です。小児鼠径部ヘルニアでは、ヘルニアの出口を糸で縛ってふさぐ「高位結紮術」を行います。

一方、成人では、この方法だけでは不十分で、弱くなった筋膜を補強する必要があります。そこで、行われているのが、「メッシュシートによる鼠径ヘルニア修復術」です。これは、ポリプロピレン製の網目状のシートを用いて、ヘルニアの出口とその周辺を広く覆うものです。他の腹壁ヘルニアでも、メッシュシートによるヘルニア修復術が一般的です。

現在、日本で使用されているメッシュシートは20種類以上あります。性別や年齢、ヘルニアの大きさや種類に応じて、数種類のメッシュが使い分けられています。また、違和感や異物感の少ない柔らかいタイプのもの、体内に入れた後に半分以上が溶けて吸収される半吸収性のものなど、メッシュシートの改良も進んでいます。

皮膚の閉創を特殊な接着剤で行えば、抜糸の必要はありません。従って、最近では、鼠径部ヘルニア、臍ヘルニア、白線ヘルニアなどの多くは、日帰り手術や短期入院での手術が主流となっています。

自身のタイミングで治療を

腹壁ヘルニアは、薬や生活習慣の改善では治りません。先に述べた通り、根治させるためには手術しかないのです。ですが、たいていの場合、手術の緊急性はありません。

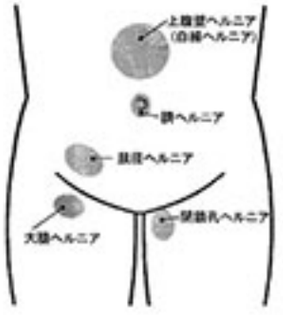
しかしながら、痛みがあっても放置したままでいることで、押しても戻らない状態になることがあります。

そうなると、先に述べたように、飛び出した臓器に血流が流れなくなり、壊死してしまうことがあります。その場合はすぐに手術が必要です。

従って、痛みが続くようであれば、すぐに専門医の診断を受けるようにしてください。

痛みを感じない状態であれば、自分自身の決断で、いつでも手術を受けることは可能です。手術法の進歩などにより、再発も減り、術後の生活の質（QOL）も保つことができます。

自身の生活のリズムに合わせて、安心して手術を受けていただければと思います。



主な腹部のヘルニアの発生部位