

【問い合わせ】水が20㍑入ったタンクを持ち上げて上体をひねり、左脚が上がらなくなりました。数日で回復し、また同じ状況で軽い痛みを感じましたが治りました。その後、23kgのプランターを持ち上げ、夜中に右のふくらはぎが痛くなりました。病院に行かなくても大丈夫でしょうか。(男性、73歳)

脚の痛み



井上隆弥医師



【答え】痛みには、体の異常を知らせるアラームの役割があります。ですから、問い合わせの方の痛みの本質にあるものを見極めないといけません。年齢や作業内容を考えると、おそらく体が

窄症や閉塞性動脈硬化症などといった骨や血管の病気が見つかることがあります。痛みで怖いのは痛い場所が必ずしも悪いとは言えない」とです。検査で病気を見つけて適切に対処すれば、痛みの治療につながります。

また、人の脳は複数の感覚を同時に認識することができます。手足に「痛みやしづれ」の症状が出ていても、手のしづれは因

1 答えします。FAX 078-360-8157
神戸新聞社報道部医療・科学チーム下記のアドレスでも受け付けます。
メールアドレスでも受け付けます。
住所、名前、年齢、電話番号をお忘れなく。

特に病気が見つかず、疾患が「こむら返り」だけというのなら、筋肉を伸ばすストレッチや芍薬甘草湯という漢方の特

丈夫な方でしょう。でももしかしたら、もともと何か病気がある、そのアラームサインが出しているのかかもしれませんし、年齢とともに体力が衰えてきただけかもしれません。

つていないので認識していない、ということもあります。

同様に、今まで脚に痛みがあったとしても、気にならないので記憶に残らなかつた」ともあるかもしれません。「今のか ら痛みがある」という患者さん

効薬で痛みを和らげるよりも、のど薬ですが、この痛みが慢性的の痛みに移行しないようハビリテーションなどを取り入れるのがいいと思います。

(兵庫県医師会、井上隆弥院長)

木曜掲載

神戸新聞報道部医療・科学チーム
FAX 078-360-0629
E-mail: iryou@kobe-np.co.jp

認知症予防 ● ● ●
頭にいいラジオ
(午前6時35分~42分)

【来週の放送予定】30日=