



## 内臓疾患と腰痛

腰痛と聞くとギックリ腰や椎間板ヘルニアを思い浮かべる人は多いと思います。腰痛の原因は背骨あるいは背骨周辺の異常による場合が多いのですが、一部は内臓疾患が原因のことがあります。

腰痛が起こると、通常は整形外科や整骨院で治療を受けますが、内臓疾患が原因となっている場合、改善を見込むことはできません。内科や泌尿器科、婦人科などを受診する必要があります。

また、がんをはじめ命に関わる重大な疾患である可能性もあるため、早期に発見し、治療を開始しなければなりません。

腰痛が、姿勢や背骨、筋肉に原因がある場合、横になることで楽になることがあります。

しかし、内臓疾患による腰痛では、姿勢を変えても腰痛の症状が変わることは、ほとんどありません。

腰痛の原因となる内臓疾患には、次のようなものがあります。

- 循環器系疾患：心筋梗塞、狭心症、解離性大動脈瘤など
- 消化器系疾患：胃・十二指腸潰瘍、食道や胃・大腸・肝臓・胆のう・膵臓など消化器系のがん、胆石症、膵炎など
- 泌尿器系疾患：腎臓・尿管などの結石、腎臓・膀胱・前立腺など泌尿器系のがん、腎盂炎、膀胱炎、前立腺肥大症など
- 婦人科系疾患：子宮・卵巣のがん、子宮筋腫、卵巣のう腫、月経困難症、子宮内膜症などがんが背骨に転移すると高い頻度で腰痛が現れます。
- 甲狀腺がん、乳がん、肝臓がん、腎臓がん、前立腺がんなどは、背骨に転移しやすいがんです。

その他に、長時間同じ姿勢でいる仕事・運動不足・肥満・冷え症などの身体的影響や、ストレスの多い職場・家庭内不和・不安・不眠などの心理的社会的影響による腰痛は、原因が特定できない腰痛といわれています。

うつ病患者の約半数に頭痛がみられますが、腰痛も同じ頻度で見られます。また、風邪やインフルエンザにかかっても、腰痛が起ることがあります。

## 俳句

選者 伊藤清

菜の花の弁当開く安房岬  
渡辺ミチ子

梢には小さき芽の見ゆ春隣  
福田美代子

雪解けや泥濘避けて一呼吸  
星野シズ

登り窯に沿ふて可憐な節分草  
湯沢くに

おでん鍋上司身近な人となる  
荒井境子

池の底金魚も泳ぐうす氷  
植田義雄

## 川柳

選者 山本都留米

割り勘と言われ財布を心配し  
青木照雄

外見は立派しゃべるとボロを出し  
植田義雄

雪かきで大汗流がしダイエット  
宇賀神サク子

おもてなし最高級だ料金も  
大堀満

錆ついたネジと頭は回らない  
倉沢美江子

聞き上手老いた私のおもてなし  
櫻沢あき子

## 短歌

選者 阿久津伸一

裸木の影を厨の床におき深く照り込む大寒の月  
根立郷美

雪に埋もれ音なく澄みし空間に生確かめんとして深呼吸する  
関根真佐子

美しく老いたきものと如月の朝の鏡に口紅を引く  
狐塚昭子

初春を祝うがごとく新築の棟上げの音寒気劈く  
小池京子

一本の小枝がきらり猫柳早春の息吹に心ときめく  
北崎君

観光へ誘うチラシの様に思い巡らしパスポートを得る  
青木照雄

## 作品を募集しています！

川柳・俳句・短歌を募集しています。氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メールでご応募ください(二重投稿は不可)。

なお、作品中の漢字には、ふりがなを明記してください。

応募先及びくわしくは  
秘書広報課 広報広聴係  
☎(21)5135・FAX(21)5109

みんな集まれ！

# 子育ての催し

※特に記載のないものは申込みの必要はありません。  
地域子育て支援センターの催し

○親子ふれあい歌遊びを楽しもう！

とき 4月16日(水) 午前10時30分～11時15分

○パパもいっしょでうれしな「こいのぼり製作」

とき 4月20日(日) 午前10時30分～正午

定員 親子20組(先着順)

申込期限 4月17日(木)

○ママのミニ学習会「こころ編」

～乳児期ってどんな時期？～

とき 4月22日(火) 午後2時～3時30分

講師 丸山隆氏

申込期限 4月18日(金)

※お子さんを預かります。

○家族みんなで楽しもう！「英語であそぼう」

とき 4月18日(金) 午前10時45分～11時15分

講師 市国際交流員

○お外で遊ぼう！「春の遠足」

とき 5月14日(水) 午前10時～午後1時30分

※雨天中止

行き先 千手山公園(鹿沼市) ※バスで移動

集合場所 今市文化会館 午前9時50分集合

定員 親子20組(先着順)

申込開始 4月21日(月)

ところ 申込先・くわしくは

地域子育て支援センター ☎(22)2299

日光親子ふれあいひろばの催し

○英語であそぼう

とき 4月21日(月) 午前10時45分～11時15分

講師 市国際交流員

○こどもの日の集い

～かんたん工作・おはなし会・ゲーム～

とき 4月23日(水) ①午前10時30分～

②午後1時30分～

※2回とも同じ内容です。センターを利用している

おじいちゃんやおばあちゃんと、一緒に楽しく過ご

しましょう

ところ 申込先・くわしくは

日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)

☎(54)3001

鬼怒川親子ふれあいひろばの催し

○こいのぼりを作ろう

とき 4月2日(水) 午前10時～正午

○オピニオンリーダーによるひだまりサロン

～親子でコミュニケーション～

とき 4月4日(金) 午前10時～正午

参加費 50円

ところ 申込先・くわしくは

鬼怒川親子ふれあいひろば(藤原保健センター内)

☎(76)0881

足尾親子ふれあいひろば

とき 4月14日(月) 午前10時～正午

ところ 足尾認定こども園

申込先・くわしくは

日光親子ふれあいひろば ☎(54)3001

湯西川親子ふれあいひろば

○手形を作りましょう

とき 4月15日(火) 午前10時～正午

ところ 湯西川公民館

申込先・くわしくは

鬼怒川親子ふれあいひろば ☎(76)0881