

ひまわり会ニュース



※「ひまわり会」は尿もれ、骨盤臓器脱を克服した元患者が中心となって設立した団体です。

2005年2月創刊

※掲載記事、写真、イラスト等の無断掲載を禁じます。

発行 ひまわり会 <http://urogyne-himawari.jp/>

編集 株式会社BASE 〒550-0012 大阪市西区立売堀1-5-2 立売堀ビルディング3F 32

TEL 06-6599-9802 / FAX 06-6599-9803

酷暑お見舞い申し上げます

皆さまいかがお過ごしでしょうか？

今年は梅雨が短く6月後半から一気に酷暑となりました。

7月に入り「セミが鳴いていない!？」と感じてましたが、中旬からクマゼミの「シャワシャワシャワ…」、アブラゼミの「じりじりじり…」と鳴き声が聞こえてほっとしました(毎年うるさい!暑苦しい!と思ってましたのですが…笑)。

さて、現在大阪の夢洲で開催されている「大阪関西万博」へは行かれたか？ 私は先日行ってまいりました。「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマとした各国のパビリオンや展示を拝見し、それぞれテーマに沿って工夫されていたように思いました。いろいろなパビリオン等を巡ってそれらのメッセージから、環境汚染等の対策を本気で考えないと地球温暖化の歯止めがかからず、私たちだけでなく未来の子供たちが生きていくのに大変な未来となると実感しました。

また、異常気象により線状降水帯が発生し、今までのような夕立というレベルではない「ゲリラ雷雨」の危険も迫っています。さらに毎日のようにトカラ列島近海で地震が続いてますが、一日も早く終息しますように祈っております。

先日開催しました電話相談キャンペーンでは、全国からひまわり会へ119件ものご相談を受けました。尿もれや骨盤臓器脱でお悩みの方々は、症状が出るかもと水分を控えてらっしゃる方もおられますが、水分をとることは重要なことです。もしそのような症状で悩んでいる方々は先ず受診して医師の診断を受けてみてください。

35℃以上の猛暑が続いておりますが、室内はクーラーをかけて身体を守りましょう。厳しい夏ですが、水分・塩分を補い、熱中症対策をして暑さを乗り切って行きましょう!!



ひまわり会 会長 稲垣 隆子

INDEX

- ・特集 シリーズ Vol.3 わたし、尿もれのオペを受けました!
- ・新シリーズ Vol.1 わたしのLSC(腹腔鏡下仙骨脛固定術)手術記 他

ひまわり会・女性の排尿障害を考える会 共同事務局

〒550-0012 大阪市西区立売堀1-5-2 立売堀ビルディング 3F 32 (株式会社BASE内)

TEL 06-6599-9802 FAX 06-6599-9803

※ひまわり会ホームページ <http://urogyne-himawari.jp/>

※女性泌尿器科の最新の情報 骨盤臓器脱(子宮脱)手術net

<http://gogourogyne.net/>

特集 シリーズ Vol.3 わたし、尿もれのオペを受けました！

ひまわり会の会員さんのAさんが、尿もれの手術を第一東和会病院で受けられました。今回のレポートは、術後1ヶ月、3ヶ月検診の様子を掲載いたします。

※イラストと本文は関係がありません。

1ヶ月健診

2025.1.某日

本日9:30から一ヶ月検診でした。

病室で知り合った友達が病院への近道を教えてくれたのでその道を車で走ったらナビの予定時間より7~8分早く着いた👏

まだ走ったり重いものを持ったり咳をしったり大笑いをしていないので術後の尿もれがあるかどうかはわからない状態。でも、自覚症状としては、

- ①右の傷口がまだ痛い(左は痛くない)
- ②膣が少し下着に触れる時が時々気になる(下垂感はない)
- ③オリモノで少し下着が汚れる

これらは膣が乾燥しているのか膣の粘膜が萎縮して過敏になっているのだろうか？



■今日の検査

- ・内診
- ・残尿測定検査
- ・超音波検査

■結果

エコー(超音波検査)でメッシュの状態を診てもらうが、問題なし。咳き込んだり腹圧をかけてみても問題なしとのことでホッとしました。そろそろ軽い運動をしても良いと言われたので、2月から卓球を再開し、ライフワークの一環である軽い庭仕事も始めよう😊

年齢的に萎縮もあるかもしれないのでエストロゲン軟膏0.05%を処方してもらい、夜入浴後に塗布することになった。

今日は私と同じように術後の定期検診の方が多く、70~80代の方同士が「わぁお久しぶり」と声が聞こえてきた。手術仲間かな。明るい声が聞こえてきて嬉しく思う。今日の待合室は息子さんやご主人様が付き添いの方がいたので、家族が寄り添ってくれて幸せだな、と思う。定期検診を重ねるごとに皆さんの顔が明るくなってくれることを願うばかり💖

ちょっと余談ですが・・・

最近ご近所さんの娘さんが難産で出産したので、「難産だったことで主治医から今後の生活で注意事項とかあった?」「骨盤臓器脱って病気知ってる?」など聞いてみた。しかし、病気の名前も知らないし特に先生から注意事項などなかったらしい。

私自身の経験から、「産褥期はしっかり休んでね」「産後のガードルは長時間履かないでね」とお話ししたけど、もっと産婦人科の先生が骨盤臓器脱の原因になる産褥期の過ごし方の注意をしてほしいと思いました。

次は三ヶ月検診

それまでに自宅でパッドテストをすることが課題です。

3ヶ月健診

2025.4.某日

今日は三ヶ月検診。事前に自宅でパッドテストをするが尿漏れはなかった💖

今日はオシッコの勢いを見る検査と内診がありました。

なかなか尿意がないため尿意が出るまで待合室で待っている方とお話しをしました。

二度目の手術(1回目は子宮脱、今回は直腸瘤)を受ける方や骨盤臓器脱手術後すぐに尿もれ症状が出て手術を受けることになった方もいました。遠方から飛行機で来られた方も!

なんと奄美大島からですって!

その方々に「(私も参加に協力をしている患者会) ひまわり会ご存知ですか?」の問いに「知らない」と残念な言葉 😞

しかし、その場で「尿もれ ひまわり会」を検索してくださり、話し込んでいたら自然と人だかりができて、私たちの活動について興味を持ってくださった方が大勢いた。

三ヶ月検診は全く問題なしで次回の六ヶ月検診の予約をして帰りました!!

以上でひとまずAさんの「わたし、尿もれのオベを受けました!」のレポートは今回で終了いたします。

新シリーズ Vol.1 わたしのLSC(腹腔鏡下仙骨膣固定術)手術記

前号で告知していました新シリーズをスタートいたします。

今回はひまわり会会員のBさんが骨盤臓器脱の手術を受けられました。細かく手記をまとめてくださっていますので、今回は予兆を感じたところから手術前の説明までレポートいたします。

予兆

2024年12月

屈むと脱した物がぐにゅっと入る違和感があり、第一東和会病院の竹山先生に相談。年明けに竹山先生の診療を予約。

第一東和会病院で初めての診察

2025.1.27

竹山先生の診察を受診。手術が必要な位骨盤臓器脱が進行しているのが判明。現状では腎臓は悪くなっている訳ではないが、将来どうなるかわからないので手術を決意。4月1日に手術が決定。

検査

2025.1.31【眼底検査】

第一東和会病院からの指示で、自宅近くの眼科で眼底検査を受ける→結果は問題なし。

2025.2.3【大腸カメラ検査】

第一東和会病院からの指示で、近所の胃腸内科で大腸カメラ検査を受けた。

結果はポリープが3つ見つかり、検査時に処置。→摘出されたポリープを後日検査の結果良性のポリープであることが判明。



2025.3.7【手術前検査 於: 第一東和会病院】

採血があるため朝食抜き(弁当、水筒持参)で朝9時半に第一東和会病院へ(求められていた眼底検査と、大腸カメラ検査の結果を持参)。

「LSC入院前検査」を受ける

採血→心電図→腹部(腎臓)エコー→胸部レントゲン→検尿→体温測定→血圧測定→膀胱内圧を測定し膀胱の機能を調べる検査(尿道にカテーテル、肛門にセンサーを入れ、膀胱内に水を徐々に入れておしっこを我慢をする、おしっこがしたい感覚になったら看護師さんに伝える→我慢の限界まで我慢し、咳をする)→子宮体がんとう子宮頸がん検査を一度に受ける→しばし待ってから検査結果を説明していただく

(昼休憩)

MRI検査→14時半に終了

手術前説明

2025.3.17

手術前説明を主治医の竹山先生より受ける。3カ月は運動禁止との事。

おしっこをする前と、した後で、エコーで残尿があるかを調べる検査を行った(おしっこを溜めて来院する様に指示されていた)LSC手術では子宮体部を切除した方が手術がうまく運ぶと伺ったので、悪くない子宮を切除するのも納得。卵管も今回切除するが理由は、卵管がんを防ぐためとの事、これも納得。卵巣は60歳なので残すとの事。70歳まではわずかながらでも女性ホルモンが卵巣から出るので残すと伺う70歳以上の場合には卵巣も切除するとの事。切除した臓器は腹腔鏡の穴から出すのであるが大きいのでお腹の中で切って出すとの事。

次号はいよいよ入院して手術の準備に入ります。お楽しみに!

知っとこ!?

腹腔鏡下仙骨膣固定術(Laparoscopic Sacrocolpopexy <LSC>)

2014年4月から保険適応となった治療法です。

LSC手術は経腹的に前後膣壁にメッシュを固定し膣を引き上げて仙骨に固定する方法で、お腹に12mm程度の穴を4か所あけ、そこから内視鏡や器械を使用し行います。

INFORMATION

ひまわり会では、テレビなどの報道機関のご取材も受けさせていただいています。今年は以下のテレビ局からの下記の番組でオンエアされました。

※今号からスタートしたひまわり会会員Bさんのオペ手術についてはMBSテレビ「4ちゃんテレビ」でオンエアされました。

関西テレビ「ニュースランナー」 2/20オンエア済み

下記で見ることができます。

<https://www.ktv.jp/news/feature/250220-nyomore/>

関西テレビ「旬感ライブとれたてっ!」 2/25オンエア済み

上記とほぼ同じ内容でオンエアくださいました。

東海テレビ「ニュースONE」 2/25オンエア済み

上記とほぼ同じ内容でオンエアくださいました。

MBSテレビ「4ちゃんテレビ」 4/11オンエア済み

以下でも見ることができます。

▼MBSのHP

<https://www.mbs.jp/news/feature/kansai/article/2025/04/105991.shtml>

▼TBSのHP

<https://newsdig.tbs.co.jp/articles/-/1852724>

▼Yahoo!のHP

<https://news.yahoo.co.jp/articles/1c6b08aa9efb08dfa6e7bc5f8c281722bcc5bc17>

▼YouTube

<https://youtu.be/X4qo3r28XZ4?si=tvRY5Yg5kDgC88Ts>

※すでに終了している場合もございます。ご了承ください。

最新の情報は下記、ひまわり会ホームページまで・・・

urogyne-himawari.jp

【ひまわり会 尿もれ 骨盤臓器脱】で検索すると上位に出てきます。

お知らせとお詫び

ひまわり会事務局では、引き続きリモートワークを行っています。そのためお問い合わせのお電話やメールにすぐに対応できない場合があります。必ず折り返しご連絡いたしますので少しお待ちください。

また、昨今の電話相談キャンペーン時には、いつも以上に電話が込み合い、「全く電話が繋がらない」などのお叱りをお受けすることが多々ございます。ひまわり会ボランティアスタッフ全員精一杯ご対応しておりますのでどうかご了承のほどよろしくお願いいたします。

その他お問合せは、下記までご連絡ください。

ひまわり会事務局 TEL:06-6599-9802

※ FAX<06-6599-9803>、E-mail<info@urogyne-himawari.jp>でも受け付けしています。