



オアシス外科乳腺外科 院長 川野克則

皮膚のできもの (その1)

日頃よく見かける「皮膚のできもの」についてのお話です。

皮膚のできもの(腫瘍)には、大きく分けて、①皮膚からできたできもの(皮膚腫瘍)、②皮膚の下にできるできもの(皮下腫瘍)の2種類があります。両方ともに、他の場所へ拡がらない「良性腫瘍」と、比較的大きくなる速度が速く、血流やリンパの流れに乗って内臓などへと転移をする「悪性腫瘍」とがあります。

今回は「良性のできもの」の中でも、頻度の高い病気について説明します。

良性のできもの

1. アテローム

一番よく見かける皮膚のできものです。毛穴の中に皮膚の垢(あか)や、皮脂腺から出た分泌物が貯まってできますので、毛があるところならどこでもできます。中央部にやや大きくなった毛穴が見られるのが特徴。細菌感染を起こしたり、一部が破裂して化膿したりすると、急に大きくなって、皮膚が赤くなり、痛みが出ます。治療は、局所麻酔をした上で、取り除きまず(摘出術)が、化膿して大きく腫れた時は、切開して膿を出し、炎症が治まり小さくなってから摘出します。

2. 脂漏性角化症

茶褐色のできもので、ゆっくり大きくなり、盛り上がってきます。大きくなると、表面から出血することもあります。年齢とともにできやすくなるため、別名、「老人性イボ」とも言われますが、皮膚がんと似ているため、注意が必要です。皮膚科で液体窒素を使って凍結凝固療法をおこなうことがあります。何度も繰り返す必要があり、シミが残ることがあるため、外科的に摘出もおこなわれます。

3. 脂肪腫

名前のおり皮下の脂肪細胞からできる良性の腫瘍で、少し弾力がある柔らかいしこりとして触れます。皮膚の色は正常で、通常痛みはなく、アテロームと違って目立った毛穴がないことで区別できます。治療は急ぐ必要はありませんが、徐々に大きくなり、10cm以上にもなることから、できた場所にもよりますが、3~5cm以上になったら外科的に摘出をお勧めします。脂肪吸引がおこなわれることもありますが、取り残しの可能性があり、健康保険の適応もないことから、一般的ではありません。



アテローム



脂漏性角化症



脂肪腫

今回ご紹介した良性のできものは、当院でも切除による治療をおこなっています。「何かできてるけど...」と気になる方は、どうぞお気軽にご相談ください。



栄養コラム ~アスパラガス~

アスパラガスには春と夏、年2回の旬があります。

九州の夏アスパラガスの旬は7~8月。この夏アスパラガスは、根元付近までやわらかいので、まるごとおいしくいただけます。

しかも、アスパラガスには、ビタミンや食物繊維以外にも優れた成分が含まれており、夏の体のはたらきを助けてくれる頼もしい野菜なのです。

アスパラガスには利尿作用があります。これはアスパラガスに多く含まれるカリウムとアミノ酸のアスパラギンによるものです。水分を積極的に出して体の循環を助けてくれますので、腎臓や心臓の働きをリフレッシュしてくれます。高血圧、尿酸値の高い人、水分の摂り過ぎで浮腫んでだるさや疲れを感じる時などアスパラガスは非常に有効な食材です。

このほかにも

- ・がん細胞の成長を抑える成分
- ・細胞の酸化を防いだり、炎症を抑える成分
- ・インスリンの生産を促して糖尿病症状を改善する作用
- ・アルツハイマー予防効果があるとされている成分

など、優れた成分が多く含まれています。

ただし、インスリンの生産促進の作用は、根元近くの硬い茎の部分で確認されていますので、この部分も捨てないで食べましょう。硬い部分の皮をピーラーなどで薄くむいてしまえばおいしく食べられますね。夏アスパラガスの旬のこの時期には、根元付近までやわらかく、おいしさも栄養も濃く含まれていますので、まるごとおいしくいただいて、夏を元気に過ごしましょう。

焼きアスパラ、おひたし、サラダ、
天ぷら、フライ、スープなど。
茹でてマヨネーズを添えたり、
炒めて塩をふるだけでもおいしいです。



お問い合わせ

医療法人善昭会 オアシス第一病院

〒870-0103 大分市東鶴崎3丁目3-19

電話 097-527-2211 Fax 097-522-0511

