

日本年金機構等を装った不審電話にご注意を

全国各地で、「日本年金機構」や「社会保険庁」もしくは「厚生労働省」などの職員と称して、現金を詐取したり、銀行口座番号や家族構成、預貯金額を聞くなど、不審な電話や訪問があったという問い合わせが寄せられています。

日本年金機構職員及び委託事業者が訪問する際は、必ず写真付身分証明書を携帯し、お客様に提示いたします。

不審な点を感じたら、できるだけ1人で対応せず、相手の名前や所属、用件を聞いて、メモし家族等に相談してください。

また、怪しいと感じたら、口座番号等の個人情報と話したり、現金を支払ったりせず、上記記載の函館年金事務所または木古内警察署（☎01392-2-4110）へお問い合わせください。

国保病院のお医者さん

「氷とゆで卵」

木古内町国民健康保険病院 整形外科医 別当 武治

今回は指の腱鞘炎、特にばね指のお話です。

指を曲げ伸ばしするとカクカクしたり、握ったあとに指が引っ掛かって伸びなくなってしまうのがばね指です。

正確には狭窄性腱鞘炎きょうさくせいけんしやうえんといいます。母中監指がなりやすく人差し指と小指になることは稀です。

指を曲げる筋（屈筋腱）は手のひらの指のつけね近くで腱鞘という狭いトンネルの中を通っています。

手を使いすぎたりしてこの狭いトンネルの中を繰り返し腱が出たり入ったりしていると、その刺激で炎症が起これ痛みが出てきます。（用は何回もこすられて擦りむけてヒリヒリした状態です。）この状態が腱鞘炎です。

この段階では痛いだけで指に引っ掛かりはありません。

病院に来て炎症止めの薬をもらって飲んだり、炎症止めの注射をすることで炎症が治まるとよくなります。さらに症状が進むと、本来薄くて柔らかい腱鞘がだんだん硬く厚くなってきてしまいます。

そうすると指を曲げ伸ばしする時に、硬くなったトンネルの出入り口で腱が引っ掛かってカクカクしてしまう現象おこるようになります。これがばね指の始まりです。

さらに症状が進むとトンネルの壁はさらに硬く厚くなり、今まで引っ掛かってもなんとか元に戻っていた指が、曲げた状態から自分では伸ばせなくなったり、曲げることができなくなったりしてきます。こうなってくると注射ではなかなか追いつきません。直すためには手術が必要になってきます。2～3回注射してもよくならなければ、手術で硬くなってしまったトンネルの屋根を解放してあげるとまたスムーズに指を曲げ伸ばしすることができるようになります。

水は冷やすと固まって氷になってしまいますが、暖めるとまた元の水に戻りますよね。これが炎症を起こした状態で、炎症がおさまれば元に戻る変化です。でも卵をゆでてしまうといくら冷やしても元の生卵には戻りません。これが手術が必要になってしまった状態です。ゆで卵になってしまう前に病院に来れば手術しないで治せるということです。