●ご質問は1通1件のみ。住所（〒も）、氏名（誌上では匿名）、年齢、症状、経過、所属の健保組合名を必ず明記し（組合名不明のときはお答えいたしかねます）、80円切手を同封のうえ下記あて先までお寄せください。
〒104-8104 東京都中央区銀座1-10-1 ㈱法研「すこやかファミリー健康相談室」係
●緊急のもの、現在入院中のことについてはご遠慮ください。また、誌上回答以外は遅れることがありますので、あらかじめご了承ください。
●回答者への直接のお問い合わせはご遠慮ください。また、相談投稿者へのご連絡には応じかねます。

健康相談室

今月の回答者
井上 治郎　井上眼科病院（東京都）理事長
東 禹彦　東皮フ科医院（堺市）院長
井口 傑　慶應義塾大学医学部整形外科講師
武藤 良知　虎の門病院分院（川崎市）分院長

血液科

Q 検診で白血球減少症と通知が。日常生活に影響はある？

42歳、女性。昨年と今年の検診で、白血球減少症と通知がありました。昨年の白血球数は3200、今年が3080です。赤血球や血小板など、その他の血液検査の結果は異常ありませんでした。日常生活は普通にしていますが、白血球が少ないことによりなにか影響はあるのでしょうか。（千葉県　O）

A 血液像検査をすすめるが、おそらく白血球が少ない体質と思われる

白血球のおもな働きは感染症から身体を守ることですから、白血球数が減りすぎると感染症にかかりやすくなり、おでき・口内炎ができやすい、熱がでやすいなどの症状が現れます。白血球数に変化があるときには、血液の病気が隠れていることもありますので、必ず白血球の種類・形に変化や異常がないかを調べる血液像検査を行う必要があります。

ご相談者にもこの「血液像検査」を受けることをすすめますが、赤血球、血小板の異常はなく、白血球のみが低値で、しかも昨年と今年でほとんど差がないとのことですから、おそらく「心配のない」白血球減少と考えられます。

白血球数の正常値（正常範囲）は、検査する施設によって多少の差はありますが、3500～9000/μℓくらいです。正常範囲というのは、正常と考えられる人の検査値を統計学的に処理して、100人中95人がその範囲に収まるように決められた数値ですから、病気でなくても正常範囲より高い数や低い数を示す人は必ずいるわけです。わかりやすいように体重を例にとって考えてみましょう。仮に45～60kgが正常範囲とした場合に、昨年まで50kgだった人が急に43kgに減れば異常ですが、いつ測定しても43kg前後の人を「異常だ」と考える人はいないでしょう。あの人は「やせ形」というだけです。ご相談者の白血球数も、血液像に異常がなければ体重と同じように考えればよいのです。つまり、3000/μℓ前後というのは一般の基準から考えると確かにやや少ないのですが、この白血球数がご相談者にとっては正常値、つまり「白血球数が少ない体質」と考えられます。この数なら日常生活に支障はなく、改善しようと考える必要もありません。これまで通り普通に生活していて大丈夫です。（武藤良知）

整形外科

Q 運動好きの息子が骨端症（こったんしょう）と診断を受けた

9歳、男児。運動が大好きな息子が、1年前からかかとの骨あたりを痛がるようになりました。痛みがつづくので受診したところ、骨端症と診断。痛みがひどいときは運動を控えるようにいわれ、湿布をもらいました。サッカーのあとはとても痛むようですが、運動を休みません。この病気について教えてください。（埼玉県　Y）

A 骨端症（セーバー病）です。多くは、運動量を減らせば自然に治る

活発な子どもがかかとを痛がる病気に、セーバー病があります。これは踵骨（しょうこつ）の骨端症で、かかとの骨の骨端が無菌性壊死になり痛むとされて、たいへんな病気と考えられてきました。子どものかかとの側面X線写真を撮ると、かかとの骨の後方に透明な帯を隔てて細長い列島状に白く濃く写る部分があり、これは正常な踵骨の骨端です。ところが、通常は骨が壊死すると白く濃くいくつかに割れて写るので、正常な子どもの踵骨骨端のX線像が骨端の壊死と誤解されてきたのです。現在では、このようなX線像は正常の変化と考えられており、痛みの原因は過剰な運動に伴うアキレス腱による骨端の成長軟骨の剥離で、成長期の一過性の疼痛とされています。

「痛い」と訴えることは微少な外傷や炎症の警報ですから、過度の運動を控え湿布をしてあげるのがよいでしょう。長引くと、骨折や腫瘍と鑑別するためにX線写真で検査する必要もあります。しかし、大半はセーバー病で運動量を減らすだけで自然に治癒します。ごくまれに装具やギプスで治療することもありますが、遊びを全面的に禁止したり松葉杖をついたり手術をする必要はありません。

息子さんの経過は、セーバー病といわれる骨端症の経過に一致しています。本人が痛くてやめるといわない限りサッカーもつづけてよいでしょう。息子さんには、サッカーのやりすぎによる痛みであること、しかし痛い以上の怖いことはおこらないことを説明し、自分でコントロールさせてよいでしょう。次のホームページに、足のトラブルについて掲載されていますので、参考にしてください。（井口　傑）

慶應足の外科：http://web.sc.itc.keio.ac.jp/~inokuchi
足の外科学会：http://www.jssf.jp
靴医学会　　：http://www.kutsuigaku.com

皮膚科

Q 足の爪がでこぼこして伸びない。菌は検出されず原因がわからない

25歳、女性。中学生のころから、足の爪がだんだんごつごつしてきて伸びなくなってしまいました。とくに親ゆびの爪が凹凸状になり、分厚くなっています。総合病院、大学病院の皮膚科で調べたところ、菌は見つかりません。内服薬、外用薬を使っても変化がないのですが、なにが原因なのでしょうか。（神奈川県　O）

A 爪甲（そうこう）の伸びが妨害されているか爪母（そうぼ）に炎症がおきていると思われる

総合病院、大学病院の皮膚科で真菌は陰性と判定されており、抗真菌薬の内服も無効ですから、爪真菌症でないのは確実でしょう。爪は、爪甲と爪甲をつくる爪母、および爪甲を支えている周囲の組織から成り立っており、ご相談内容での爪とは爪甲に相当します。爪甲は一生涯伸びつづけるものです。

爪甲が伸びなくなった原因として考えられることは、①爪母に強い炎症がおきて、爪母が瘢痕（はんこん）化した場合、②爪甲が伸びるのを妨害されることにより、爪甲が分厚くなり見かけ上伸びなくなっている場合、③爪母に炎症がおきてもろい爪甲がつくられ、爪甲が自然に欠けたことで、見かけ上伸びない状態になっている場合などがあります。

①の爪母が瘢痕化したケースは、爪母に細菌感染がおきたり、扁平苔癬（へんぺいたいせん）やほかの皮膚疾患が生じた場合が考えられます。すると、爪甲はつくられずに普通の皮膚のようになります。しかし、ご相談内容にはだんだんと「ごつごつ」してきたとありますので、爪母の瘢痕化は考えにくいようです。

②の爪甲が伸びるのを妨害されているケースは、深爪をしたり外傷などで爪甲が脱落したあとにおきます。爪甲が短くなるとゆび先の皮膚が盛り上がってきて、爪甲が伸びるのを妨害するようになり、爪甲の表面は凹凸し分厚くなってきます。この場合は、ゆびの先端の盛り上がりをなくすような手術を行います。

③の爪母の炎症によりもろい爪甲がつくられるケースは、爪甲の一部が混濁し表面も凹凸することがあります。混濁した部分はもろく、靴の内面と擦れたりすると欠ける場合もあります。爪の根元に最強のステロイド薬を根気よく外用しつづけることが、この場合の治療法になります。（東　禹彦）

眼科

Q 眼瞼下垂（がんけんかすい）で手術をすすめられたが傷跡は残る？

37歳、女性。疲れた日の夕方に、上まぶたが落ちくぼみ、しょぼしょぼするような感じがあったので形成外科に受診。眼瞼下垂といわれ、手術を勧められました。どのような手術なのでしょうか。顔なので傷跡が残るのではないかと心配です。薬などの治療法はないのでしょうか。（大阪府　O）

A 加齢によるものの治療は手術だが本当に必要か眼科医に相談を

眼瞼下垂は、上まぶたがうまく上に上がらないために、目の開きが悪い状態のことです。

一番多いのは先天性眼瞼下垂で、生まれつき目の開きが悪い状態です。大半は両眼性で、生後しばらくは目が開きません。視力が損なわれていなければ、一定の年齢になるまで経過をみます。その後に手術をします。

年齢とともに上まぶたが下がってくることもあります。やはり両眼に発生することが多く、40歳以上の方に多くみられます。上まぶたが下がって視力が低下したり、美容上好ましくないということになれば手術をします。

また、上まぶたを上げる筋肉を支配している動眼神経が侵されると、眼瞼下垂となることがあります。この場合は、眼球の動きも一緒に悪くなるので、見分けは簡単です。原因を追及してから治療をします。

そのほかに、長期間のコンタクトレンズ装用者でもおきることがあります。

ご相談者の場合、相談内容を分析すると、神経や筋肉の麻痺（まひ）などというものではなく、加齢による軽い眼瞼下垂のように思えます。気にしないで、少し様子をみるのがよいと思います。この場合は、薬などでは治療困難で、治療をするとしたら手術になりますが、手術が必要かどうかはなんともいえません。一度眼科医に受診して、意見を聞いてみるのがよいと思います。

手術は、上手に行えば跡は残らず、手術をしたのもわからないほどになります。ただ、患者さんに満足していただけるようになるかが難しいところです。あまり上げすぎると目が閉じなくなることもあるので、程度が難しいのです。目は顔の中心で目立ちますので、慎重に判断してください。（井上治郎）