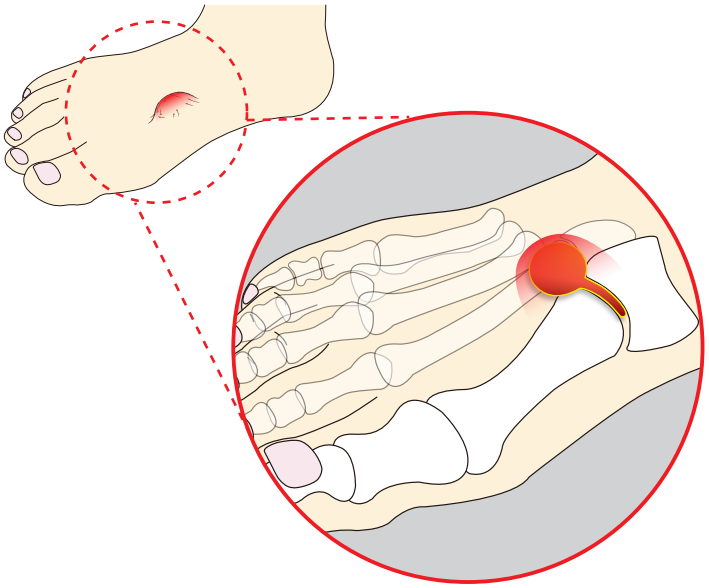
医療法人社団 青泉会
下北沢病院

ガングリオン

ガングリオンとは、ゼリー状の液体の溜まった袋で、変性した組織が袋状にふくらんで内部に液体を溜め込んでできたものです。手首にできることが一番多いですが、足にもよく見られ、その場合は足の上部にできることが多いです。ガングリオンの大きさはまちまちで、時が経つにつれて大きくなったり、小さくなったりします。自然に消失することもありますが、再発する可能性もあります。

ガングリオンができる原因

ガングリオンは関節胞や腱鞘から発生します。ケガの後、使いすぎで組織が痛んだ時に起こりやすいと言われています。



自宅でのケアと予防方法

腱が何度も動くことによってガングリオンが発生し、痛みが生じることがあるので、腱を酷使する反復運動はなるべく避けるようにしましょう。靴が当たる部分に患部があり、痛みの原因になっている場合は、柔らかい素材の靴や、患部が当たらない靴を履くように心がけましょう。

治療方法

初期の場合は自然に小さくなることもあるので経過観察を行います。外科的治療を行う場合は、患部の周りに局所麻酔をかけ、患部から液を吸い出し、微量のステロイドを注入します。出した液は検査することもあります。症状によっては、切除手術をする場合もあります。

医療法人社団 青泉会 下北沢病院
〒155-0031
東京都世田谷区北沢 2 丁目 8-16

受診受付窓口
TEL：03-3460-0300
http://shimokitazawa-hp.or.jp/