

## 施術後の注意事項

### PELD(Percutaneous Endoscopic Lumber Discectomy)

術後～1  
週目

- 施術後2時間が経過した後は、腰部補助器を着用して立ったり歩いたりできます。
- 3日間はできるだけ安静をとります。食事時間や勤務時間に1時間以内であれば座ったり立ってもよく、正しい姿勢なら歩いても良い。
- 1時間以上の長い時間座っていたり、重い荷物を持ち上げたり、腰を曲げたりひねる姿勢は避けます。労働ではない日常的な行動は、正しい姿勢で腰を伸ばして行います。食事やトイレなどの行動は問題ありません。腰ではなく膝を使ってかがむようにします。
- 立ち上がる時は、腰をまっすぐ伸ばすか、少し後ろに反らします。
- 正しい姿勢で30分ほど散歩できます。横になって足を上げたり、骨盤を上げたり、腹筋運動なども可能です。ただし、腰の運動をする時は立ったり座ったりしたままでは行わないようにします。
- 手術創を消毒する必要はなく、絆創膏は10日後に剥がします。異常があった場合には、医師に確認をして、使い捨て絆創膏に替えます。
- 外出など動く時は、簡単な補助器を着用しますが、家で横になって寝る時は着用しなくてもかまいません。

2  
週目

- 学校や職場にも行けますが、1時間ごとに必ず立って腰を伸ばし、まっすぐに立って歩いてから、また座るようにします。座るときは背もたれを使って背中と腰を椅子につけて、まっすぐに伸びるようにします。そのためには、首を曲げないほうが良いでしょう。1週目と同様、腰をねじったり、かがむ姿勢とはってはいけません。
- 入浴は可能で、洗顔と洗髪は立ったままシャワーで行います。
- 1時間以内であれば、自分で車を運転してもかまいません。
- 2週が過ぎると、運動生理士の補助のもとに、本格的に腰のストレッチ運動を開始します。

3～6  
週目

- きつすぎない労働、事務や家事、勉強などは正常に行えます。
- 性生活も可能です。
- 横になった状態で腰の曲げ伸ばし運動(腹筋強化運動)と腰の伸展運動をします。水泳よりもウォーキングの方が高い効果があります。

6  
週目

- 補助器は6週ほど着用します。ここからは腰を丈夫にする段階になり、脊椎強化運動(メディックスプログラム、セントールプログラム)と脊椎柔軟運動(ジャイロトニックプログラム)を本格的に開始します。

3  
ヶ月後

- 施術後の椎間板の状態を確認するため、レントゲン撮影をすることもあります。
- 施術後6ヶ月、12ヶ月、2年目そして5年目にも担当医師と面談しCTやMRIで腰の状態をチェックすると良いでしょう。

その他の  
注意事項

- 退院時には車の前のシートを135°後ろに倒し、寝たまま帰宅するとよいでしょう。
- 便秘にならないよう、野菜と果物をたくさん摂りましょう。
- 肥満にならないよう、歩行運動を行い、脂肪摂取を制限します。過食は禁物です。飲酒・喫煙は腰に悪影響があります。
- 糖尿病や高血圧、心臓疾患などの内科疾患で薬を服用している場合は、内科医師の指示のもとに、薬を続けて服用してもかまいません。

SHANGSETO

PELD

PELD(Percutaneous Endoscopic Lumber Discectomy)



### SHANGSETO (Shanghai-Seoul-Tokyo) メディカルベルト

ウリドゥル病院は、先進医療技術によってSHANGSETOメディカルベルトを結ぶアジアのメディカルハブとして医療に貢献します。

#### 診療時間

平日(月～金) : 9:30～18:00 土曜日: 9:30～17:00

#### 診療相談と予約

ウリドゥル国際患者センター(WIPC)

ソウル清潭ウリドゥル病院

TEL: +82-2-513-8452 FAX: +82-2-513-8454

ソウルウリドゥル病院(金浦空港)

TEL: +82-2-2660-7695 FAX: +82-2-2660-7594

E-mail : wipc@wooridul.co.kr  
Website : www.wooridul.jp

ウリドゥル病院  
Wooridul Hospital

ソウル清潭ウリドゥル病院 +82-2-513-8452

ソウルウリドゥル病院(金浦空港) +82-2-2660-7695

釜山ウリドゥル病院 +82-51-559-2261

釜山ドンレーウリドゥル病院 +82-51-559-5004

大邱ウリドゥル病院 +82-53-212-3782

ウリドゥル病院  
Wooridul Hospital

Percutaneous  
Endoscopic  
Lumber  
Discectomy  
**PELD**

## 内視鏡レーザー 腰椎椎間板ヘルニア切除術

新しい思考, 新しい変化, 確固たる信念, ウリドゥル哲学  
New Techniques, Creative Changes, Confidence and Faith, The Wooridul Philosophy

## 内視鏡レーザー 腰椎椎間板ヘルニア切除術

PELDは‘保存療法’と‘手術療法’の中間に位置する最小侵襲施術

内視鏡レーザー腰椎椎間板ヘルニア切除術(PELD)は、皮膚を切開する‘観血的手術’ではなく、‘保存療法’と‘手術療法’の中間に位置する最小侵襲の施術です。PELDは観血的手術のようにメスを使用して手術創を切開したり骨を切ったりはせず、皮膚を通じて細い管を入れてから、正常な椎間板髄核組織はそのまま温存し、内視鏡レーザーと高周波熱を使って線維輪の中や外に脱出した椎間板ヘルニアのみを治療します。また、レーザーで線維輪の中の疼痛神経を遮断することで痛みを改善します。

### 施術の特徴

PELD(Percutaneous Endoscopic Lumbar Discectomy)

- 局所麻酔で行うため、高齢者や糖尿病患者にも負担なく行うことができます。
- 侵襲が極めて少なく手術創が残りません。
- 脊椎骨と正常な椎間板髄核をそのまま温存し、脱出した断片のみを除去するため、従来の標準的ヘルニア手術後に生じることのある脊椎不安定が起こりにくくなります。
- 靭帯や神経には触れないため、神経癒着が起こる心配がありません。
- 出血がないため輸血の必要がありません。
- 患者の75%は治療を受けた当日に退院でき、最大でも3日の入院で済むため、本人や家族にとって経費と時間の節約になります。
- 回復期間が既存の切開手術より明らかに早いため、学生は学校を休まなくても済みますし、仕事をもっている人も休職する必要がありません。
- 足の痛みだけでなく腰の痛みも遮断する効果があります。

### 施術対象

PELD(Percutaneous Endoscopic Lumbar Discectomy)

保存療法(物理治療・運動治療・薬物治療など)では好転せず、鎮痛剤を使用しても腰と足の痛みに耐えることができないほど急性であったり、足指、足首、足に麻痺が生じたり、6週間以上保存的治療を行っても痛みが続く神経症状のある腰椎椎間板ヘルニアと、外側神経孔狭窄症患者に対して実施されます。

### 施術方法

PELD(Percutaneous Endoscopic Lumbar Discectomy)

皮膚を通じて細い管を入れてから、内視鏡レーザーと高周波熱を使って正常な椎間板髄核組織はそのまま温存し、線維輪の中や外に脱出した椎間板ヘルニアのみを治療します。痛みに対しては、レーザーで線維輪の中の疼痛神経を遮断します。非観血的施術で、切開手術ではないため、神経や筋肉には損傷を与えません。



A. 内視鏡からレーザーで傷めた椎間板ヘルニアを収縮する場面  
B. 内視鏡で椎間板ヘルニアを治療する高周波熱治療場面  
C. 経皮的内視鏡レーザー腰部椎間板治療

### 成功率と予後

PELD(Percutaneous Endoscopic Lumbar Discectomy)

施術時間は約1時間で、成功率は92%です。約8%は追加で観血的切開術が必要になります。一旦病気が治った後の再発率は1%以下です。入院期間は、当日退院することもできますが、1日入院する場合があります。

### PELDの効果

PELD(Percutaneous Endoscopic Lumbar Discectomy)

- 精密切除効果：内視鏡の小さく狭い空間に入る繊細な光のメスであるレーザーで、病変した椎間板の断片を精密に切除。
- 腰部疼痛の遮断効果：後側線維輪に分布した疼痛神経を遮断。
- 椎間板収縮効果：膨張し突出した椎間板線維輪を収縮させる効果あり。
- 椎間板を強化させる効果：椎間板組織のコラーゲンをリモデリングする。

施術前・後の比較



内視鏡施術前MRI

内視鏡施術直後MRI