

## Press Release

2014年8月28日

メドピア株式会社

### － MedPeer会員医師へのアンケート調査－

## 「へそのゴマは取るべきか」について、 7割以上の医師が、基本的に放置すると回答

医師7万人以上が参加する医師専用サイト「MedPeer」（メドピア、<https://medpeer.jp>）を運営するメドピア株式会社<東京都渋谷区、代表 石見陽（医師）>は、会員医師を対象に「へそのゴマは取るべきか」についてのアンケートを実施し、以下のとおり結果を取りまとめました。

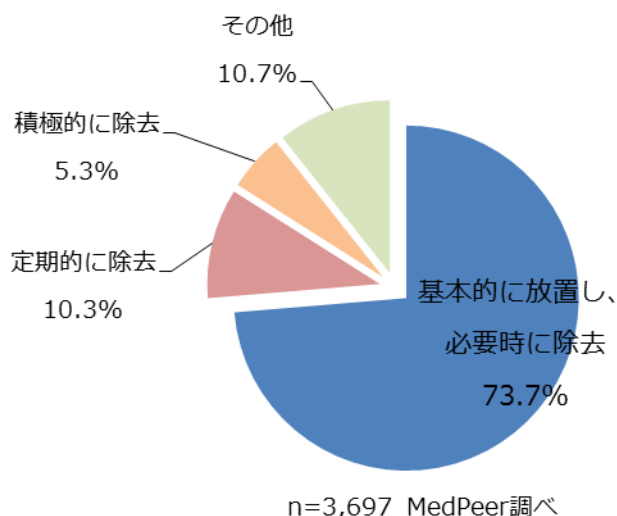
### 医師専門サイトMedPeer調査結果：「へそのゴマは取るべきか」について（総回答：3,697人）

順位	回答	回答数（人）	占有率
1	基本的に放置し、必要（炎症の可能性が認められる、患者さんからの要請があった）時に除去する	2,724	73.7%
2	定期的に除去する	381	10.3%
3	積極的（垢が認められたらすぐ）に除去する	197	5.3%
4	その他	395	10.7%
-	合計	3,697	100.0%

### サマリー：

- 医師専門サイトMedPeer（メドピア）に登録する医師（7万人以上）を対象に「へそのゴマは取るべきですか」という質問をしたところ、**3,697**件の回答が寄せられた。
- 73.7%が「基本的に放置し、必要（炎症の可能性が認められる、患者さんからの要請があった）時に除去する」と回答した。「炎症所見がなければ特に問題ない」「炎症をおこせば対処する」というコメントが多い。「無理にとるとそれで炎症を惹起することもある」という意見もあった。
- 「定期的に除去する」は10.3%、「積極的（垢が認められたらすぐ）に除去する」は5.3%だった。「感染源になる可能性もあり除去が望ましい」「炎症が起こる前に対処すべき」というコメントがみられた。

## ▼総合結果



## 回答コメント（回答一部を抜粋）

### 「基本的に放置し、必要（炎症の可能性が認められる、患者さんからの要請があった）時に除去する」 2,724件

- ・炎症が起きる人は少ないと思うのでその人だけ処置をすればよいと思います。（30代、在宅医療）
- ・とりたくなるが、患者から申し出があった場合のみ除去する。（40代、一般内科）
- ・私も老健施設勤務ですが、介護士さんは耳掃除はしてもヘソのゴマは取りません。炎症を生じた時にのみ私が処置します。（60代、総合診療）
- ・感染等がおきなければ経過観察でよいのではと思います。（40代、一般内科）
- ・さわるとかえって炎症を惹起することがあるので放置。（60代、循環器内科）
- ・臍のケアはあまりおこなわないほうが良いと思う。かえって細菌感染などのリスクがあると思われるためである。（30代、神経内科）
- ・除去が不潔に行われる、皮膚を傷つけることでむしろ感染を起こすことをしばしば経験しますので。（30代、神経内科）
- ・オリーブオイルで柔らかくしてから除去する場合があります。（50代、循環器内科）
- ・時々臍石を他の病気と思って受診する人が多い。かなり放置しておいたため、取るのに苦労する。（60代、皮膚科）

### 「定期的に除去する」 381件

- ・この症例のように炎症を起こす例が少なからずありますから、定期的にケアしています。（50代、一般外科）
- ・大きいものは、取った方がいいのではないのでしょうか。（50代、小児科）
- ・自分の意思なら仕方ないかもしれませんが、炎症が起こる前に取っておくほうがよいと思います。（40代、整形外科・スポーツ医学）
- ・臭いの問題もありますし、放置は衛生上よくないのではと考えていましたが。（50代、循環器内科）
- ・目に余るほどのゴマで早晚除去に難渋しそうなケースもあるので、ほどほどの間隔で取るべきと思います。（40代、消化器外科）
- ・定期的に除去していない方が多いため、感染を起こして悪化して、外来に来られる場合が多いです。（30代、皮膚科）
- ・臍炎で受診する患者を診る機会のある当科としては、定期的に除去してある程度きれいにしてもらうことを希望する。

(30代、形成外科)

## 「積極的(垢が認められたらすぐ)に除去する」 197件

- ・化膿しているのを見たことはないのですが、垢が溜まっていたらとった方がいいと思います。(30代、精神科)
- ・積極的に除去しますが、炎症の可能性を話したうえで、取りたくない意向があれば従います。(40代、循環器内科)
- ・身体は綺麗にしておきましょうと一応話をしてから除去しましょう。(70代、一般内科)
- ・放置して難治になった例を見たことがありますから。(50代、呼吸器外科)
- ・神経質になって擦ったりすると容易にびらんや感染、または刺激性皮膚炎で炎症を起こすことが多いので、見えるくらいに臍垢がたまったら除去します。(30代、皮膚科)
- ・大きなものなどはオリーブ油で浮かせればすぐ取れます。炎症起こした時の方がこわいような気がします。(30代、皮膚科)
- ・以前内科の研修をしていた時、破傷風菌がへそから検出されたことがありました。とらない理由がわかりません。(50代、小児科)

## 「その他」 395件

- ・取るべきなんだろうが、むかし自分で自分のを取ったら炎症を起こして痛くなったことがあります。(50代、循環器内科)
- ・一応、除去は奨めますが、最終的判断は患者さんの意志を尊重します。(60代、循環器内科)
- ・放置している患者さんが多いので、介助時に気を付けて貰うようにはしています。(40代、精神科)

## 【調査方法】

### □期間：

2014年7月30日（水）～ 2014年8月5日（火）

### □有効回答：

3,697人（回答者はすべて、医師専門サイトMedPeerに会員登録をする医師）

### □設問：

医師専用サイト MedPeer内の「ポスティング調査」コーナーにおいて、医師会員からご投稿頂いたテーマをもとに、以下の質問を投げかけました。

## 調査フォーム（設問文 抜粋）

へそのゴマは、全て取り除くべきでしょうか？

老人保健施設の担当医を兼務しております。先日、入所中の80歳女性の臍部に垢（以降：へそのゴマ）が塞栓のように詰まり、臍周囲に発赤・腫脹・排膿を認め、感染・炎症を起こしていました。現在、ビー玉大になっていた垢を除去して、消炎鎮痛剤と抗生剤投与で対応しています。

入所中の高齢者の多くは、へそのゴマを自身の意思で溜めています。感染・炎症予防の観点から、全員抜去すべきと思いましたが、へそのゴマ除去に抵抗のある方もいるようです。高齢者の「へそのケア」はどのようにしたら良いのでしょうか。

対処に苦慮しているため、皆さまのお考えを以下の選択肢からご選択いただき、コメント欄にアドバイスや、皆さまの処置状況についてご入力ください。

1. 基本的に放置し、必要（炎症の可能性が認められる、患者さんからの要請があった）時に除去する
2. 定期的に除去する
3. 積極的（垢が認められたらすぐ）に除去する
4. その他

## 【記事掲載に際してのお願い】

- ・「医師専用サイト MedPeer 調べ」、であることの明記をお願い致します。
- ・web 上での引用に際しましては、<https://medpeer.jp> へのリンクをお願い致します。

## 【調査依頼について】

- ・MedPeer会員医師への調査をご希望の方は、下記問い合わせ先までご連絡ください。

## メドピア株式会社について

- ・社 名：メドピア株式会社 (<https://medpeer.co.jp>)
- ・代 表 者：代表取締役社長 石見 陽 (医師・医学博士)

# MedPeer

- ・ 設 立 : 2004年12月
- ・ 運 営 サービス : 医師専用サイト「MedPeer (メドピア)」 (<https://medpeer.jp>)

メドピア株式会社が運営する「MedPeer」は、医師専用の会員制サイトです (URL: <https://medpeer.jp>)。主なコンテンツには、「薬剤評価掲示板 (薬剤のクチコミ共有)」、「Meet the Experts (エキスパート医師への直接相談)」、「インタラクティブ・ケース・カンファレンス (オンライン症例検討会)」、「ディスカッション (掲示板)」、「ホスピタル・レポート (勤務先・研修先の病院評価)」などがあり、“臨床の決め手がみつかるサイト”として、現在 7 万人以上の医師 (日本の医師の約 4 人に 1 人) が利用しています。

## お問い合わせ先

メドピア株式会社 管理部 藤野

電話 : 03-6805-0345 メール : [pr@medpeer.co.jp](mailto:pr@medpeer.co.jp)