

# はあとほっとステーションしまだ

2006.7  
Vol.36

## 「整形外科専門病院の特性」

### ●月曜日の整形外科外来

島田病院の月曜日の整形外科には、他の曜日よりも外傷(ケガ)の患者さんが多く来院されます。この現象は、日曜にケガをした患者さんが受診されるからです。中には、日曜を我慢して、受診される方もおられます。痛みをこらえ、不安に過ごされたこととお察しします。

また、一旦「救急病院」を受診されて、ある程度の処置を受けてから来院される方もおられます。救急病院で「休日なので専門の医師ではなく、週明けに再診して下さい」と指示されたにもかかわらず、当院を選択して、受診される方もおられます。こうした例では、ご自分の意思で移られることを「救急病院に」告げておられず、レントゲンなどの情報を持参されないことが多くなります。

一方、特に遠方でのケガの場合など、レントゲンフィルムや医師からの紹介状を持参される例もあります。改めて撮影する手間や費用も省けて、診療が効率的に行えます。

### ●救急病院との違い

こうした不便をなくすためには、当院の診療を日曜も行えば良いのかもしれませんが、現在勤務している医師の体制では、休日まで勤務する仕組みを作ると、平日に外来担当する医師が少なくなります。その結果、待ち時間がさらに延長するなど、平日の診療の密度が薄まってしまふこととなります。

そこで、夜間・日曜に発生したケガについては、とり急ぎ、救急病院を受診し、ご希望があれば、当院を受診していただくこととなります。救急病院の役割は、命に関わったり、急ぎの処置が必要かを判断することです。急がない状態であれば、症状に対する対症療法をして、根本的な対応は改めて受診して行くこととなります。

### ●当院の整形外科診療の手順

当院は、その根本的な対処を考える施設です。したがって、強い痛みを訴えて来院された場合、まずは、原因を確定させる手順を踏みます。診察をし、レントゲンを撮り、そして、必要に応じてMRIなどの精密な検査ということになります。MRIは予約になります。その日時に合わせて、また来ていただくこととなります。そして、医師が症状とMRIを照らし合わせて治療の方針を考えます。

特殊な注射や手術は、技術者や使用する部屋の都合で、ま

た予約となります。つまり、診察のために予約、検査のために予約、注射のために予約、そして、手術やリハビリテーションがあるとすれば、そのためにも予約ということになるのです。面倒をおかけしますが、こうした手順を踏んで、整形外科、内科、麻酔科などの専門医と、看護や診療技術スタッフがチームとなって、高いレベルの整形外科診療を提供していこうと考えています。



島田病院

### ●究極の選択

つまり、これは私たちの選択です。

救急を受け付けて、時間外に困った患者さんを診るという方針もあります。しかし、365日24時間、標榜するすべての診療科目について、専門医が対応することは、人材的にもまた経済的にも現状では不可能です。しかし、月曜日から土曜日まで、外来診療を行っている時間帯に来院された患者さんはもちろんのこと、その間における救急隊からの要請には、お応えし、整形外科の専門診療を提供していく方針です。

一見、開き直ったように受け止められるかもしれませんが、待ち時間に関しても、同じです。受付や会計などの事務処理を効率的に行うことによる待ち時間の短縮などの業務改善はこれからも追求して参ります。しかし、おひとりお一人の患者さんの診療にかかる時間を短縮することはできません。数に限りのある医師やリハスタッフに対して、一定以上の数の患者さんが集中した場合は、どうしても待ち時間が長くなってしまいます。それでも、私たちは、丁寧な説明を心がけています。当然、時間がかかり、待ち時間となります。受け付けた患者さんに関しては、就労時間を過ぎてでも必ず診療を行います。

専門医療機関の役割は、ある領域に関して、根拠を持ち、確信とともに技術を提供することだと思います。そのために、これからも当院では、十分な時間をかけて、質の高いヘルスケアサービスを提供させていただきたいと思っています。この方針をご理解いただいた上で、ご利用いただければ幸いです。

診療内容に関するご不満やご意見はどしどしお寄せいただけますように、よろしくお願い申し上げます。

島田病院 院長 島田 永和

### <島田病院 理念>

人間愛と確かな技術に基づき  
職員全員による患者さま本位の  
ヘルスケアサービスを通し  
地域の積極的な健康づくりに  
関与する病院を目指します

### <使 命>

良質のヘルスケアサービスを  
効率よく地域の方々に  
提供し続けます

### <職員憲章>

私たちは、その人がその人らしく  
自分の人生を全うすることを  
心(Heart)と技術(Hands)で支援します

# インフォメーション

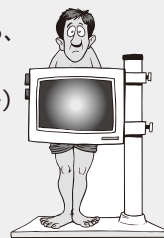
## レントゲン撮影室増室のお知らせ

平成18年5月8日よりレントゲン撮影室が今までの1室より2室体制になりました。

これにより、レントゲン撮影が短時間に集中したり、時間のかかる撮影を行う場合など、撮影までに時間のかかる場合等もありましたが、今後は効率的な撮影ができるようになり、お待ちいただく時間も少なくなると思われま

ご不明な点やご意見等ございましたら、お気軽にお尋ねください。

(放射線課 リーダー 渋谷 真一)



## 診療部

### ●腎臓病の専門診療を始めました。

島田病院では、糖尿病の専門診療をおこなっている関係で、糖尿病性腎症の患者さんも少なくありません。糖尿病性腎症は、蛋白尿が増加して血清クレアチニン値が2mg/dl以上になりますと、非常に高い頻度でネフローゼ症候群や腎不全の進行が急速に進んでいきます。

このような患者さんに対して、より適切な医療を提供していくためにあえて腎臓病の専門治療も必要になってきま

す。今後、島田病院では糖尿病性腎症や腎炎などの腎臓病でお悩みの患者さんにもよりよい腎臓病の診療を大学病院の腎臓内科と連携しながら、最適の腎臓病診療を提供していきたいと思

腎臓病がご心配な方はぜひ内科までご相談ください。

担当医師 内科(糖尿病・腎臓病専門医 植田秀樹)

## 後発医薬品(ジェネリック医薬品)について

最近ではテレビ等でも放送されており『後発医薬品(ジェネリック医薬品)』のことをご存じの方も多

いと思います。後発医薬品とは、新薬の特許期間を過ぎたのち『有効成分・投与経路・用法用量・効能』が先に開発された新薬と同等とされ、安全性が確認されている薬品の事

です。ただし製造方法が同じとは限らない為、効果や副作用がまったく同じとは限りません。

しかし後発医薬品は、新たに研究開発に必要な経費がかからない為、薬品そのものの価格を抑えることが出来ま

す。したがって薬局でお薬をお求めになる際、後発医薬品をご指定になると4割~8割の値段でお薬を買うことが出来ま

す。当院でお渡ししている『処方箋』は、調剤薬局でご希望により後発医薬品を円滑にお求め頂けるよう、医師の署名を明記しております。医師の判断により、後発医薬品のある新薬でも『差し替え』をお控え頂く場合もござ

いますが、ご不明な点は担当医師にご相談ください。また後発医薬品について、ご不明な点がございましたら、当院受付へお気軽にお問

い合わせください。(担当 医療情報課)



## ヴィゴラス教室

### テーマ「ストレッチ」

●しなやかな体作りには欠かせない、効果的な柔軟体操を学びたい方必見の教室です。

日時：平成18年7月19日(水) 15:30~16:30

参加費：無料

会場：島田病院 地下1F はびきのヴィゴラス

定員：15名

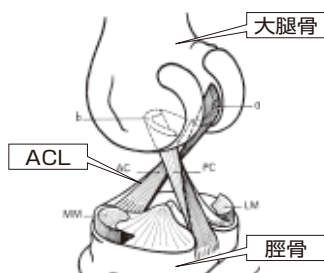
担当：トレーナー 南舎 多枝

※お問い合わせは島田病院地下1階  
はびきのヴィゴラスまで

TEL/FAX 072-953-1007  
E-mail vigorous@heartful-health.or.jp

# 膝前十字靭帯(ACL)損傷のリハビリテーション

膝前十字靭帯損傷は、膝のスポーツ外傷の中で最も高頻度に生じるものとして知られ、ジャンプからの着地、急なストップ動作、急な方向転換など、単独で損傷するケースが多く、バスケットボール・バレーボール・器械体操などで頻発します。また、直接膝に外力を受けて損傷するケースもあり、ラグビーやフットボール・柔道で生じることが多くみられます。



## <膝前十字靭帯の役割>

過度に脛骨が前方にずれたり、ねじれるのを制限しています。

## <膝前十字靭帯損傷の主な症状>

- ・膝の腫脹(腫れ)
- ・疼痛(痛み)
- ・関節可動域障害(曲げ伸ばしがしにくい)
- ・不安定性(膝がずれるように感じる)
- ・筋力低下(力が衰える)など

## ●手術後のリハビリテーションってどんなことするの？

### 急性期

(手術後約1~2週間)

☆炎症症状を抑える・膝の関節可動域訓練・全身トレーニング

☆入院生活の自立・退院に向けての日常生活動作練習



炎症症状を抑えるためのアイシング(冷却)の徹底



ふくらはぎの筋力トレーニング



再建靭帯に負担がかからないようなトイレ動作指導

### 回復期

(手術後約3ヶ月)

☆膝の動きの獲得と筋力の回復



膝の関節可動域訓練。  
手術をした膝の曲げ伸ばしを拡大します



スクワット動作と膝の使い方のチェック

### 復帰準備期

(手術後約半年以降)

☆各スポーツ特有のフットワークの練習と再受傷予防

せっかく手術をしても、足や膝の使い方が悪ければ、再受傷する危険性があります。今までの使い方のクセも修正していきます。



反復横飛び・片足ジャンプにて8の字を描くなどのジャンプ練習



ランニングフォームチェック

### スポーツ復帰

(手術後約9ヶ月~1年)

手術後安全に、そしてできるだけ早くお仕事やスポーツに復帰してその後の再受傷を予防するためには、時期ごとの十分に管理されたリハビリテーションが重要になります。

スポーツ復帰の時期は約1年ですが、スポーツの状態や筋力差など個人の状態によって異なります。

# 家庭でできる予防策

食中毒が発生しやすいこの季節、皆様はどのような対策をされていますか？  
気温の高い日が続くこれからの季節に起こりやすい食中毒の1つに、刺身や寿司など魚介類によるものがあります。今回、魚介類を例に家庭で出来る食中毒防止ポイントを考えてみましょう！

### 1 購入は「新鮮なもの」を

パック表示の「消費期限」と「生食用」を確認し、買い物の一番最後に

### 2 保存は「すぐに、良く冷やした、早めに食べる」のがポイント

**すぐに** …………… 持ち帰ったらすぐに冷蔵庫へ。

**良く冷えた冷蔵庫に** …… 詰めすぎたり、開けたままにしておくと、  
庫内温度が上がり、菌が増えてきます。

**早めに** …………… 冷蔵庫を過信せずできるだけ早めに使い切りましょう。  
10度以下になると菌が増えるスピードが遅くなりますが  
菌が死ぬわけではありません。



### 3 調理の前は「洗う」

手洗いは調理前だけでなく、魚介類を取り扱った後にも必ず洗いましょう! (肉・卵でも同じです)  
処理が必要な魚介類は真水で十分洗いましょう。

### 4 調理器具は「十分洗浄、消毒、分ける」

魚介類(肉も)の下処理をしたまな板、包丁は必ず洗い、  
消毒(熱湯、除菌スプレー、酢などをかける)しましょう。  
専用のまな板・包丁を揃えるとさらに安全です。



### 5 調理は「十分に加熱」

加熱するもの(刺身、寿司はしません)は十分に加熱しましょう。菌は熱に弱いのです。

### 6 食事前の「手洗い」を忘れず、「調理後すぐに」

室温に長く放置しておくとも菌は増えてきます。調理後の食品は早めに食べましょう。

### 7 残った食品は「きれいな容器」に、「再加熱は十分に」

室温に長く放置しておくとも菌は増えてきます。調理後の食品は早めに食べましょう。



現在、様々な衛生用品がスーパーや薬局などに出回っています。アルコールスプレーなどもその1つですが、使い方を誤れば全く意味のないものになってしまいます。使用方法をよく確認し、過信しすぎないよう、正しく使い方をしましょう。

これらのポイントを実行し、家庭からの食中毒を防ぎましょう!

島田病院では、このニュース・レターが病院と患者様を結びコミュニケーションツールとなるよう願っています。  
ぜひ、みなさまからのご意見、ご感想を館内各所に設置している「きくぞう君(ご意見箱)」までお寄せください。