

# はあとほっとステーションしまだ

2005.3

Vol.28

## 『島田病院の転換点』

当院の外来待合室から地下のヴィゴラスへ下りていく階段の手に木像があるのをご存じでしょうか？ 医療法人永広会の創設者で、島田病院初代院長で私の父「島田永広」の彫像です。生前に自分の友人の医師で木彫家の故中野理先生に依頼して彫っていただいたものです。しばらくは、不本意ながら倉庫に保管しておりましたが、亡くなってから展示させていただいております。

その像の背景に一枚の写真が飾っております。創設当時の島田病院です。その頃は結核療養所「桃園荘」と呼ばれていました。周囲に桃の畑が広がっていたためと聞いています。木造の建造物が老朽化し、昭和54年に現在の場所に新築移転しました。その機会に、180床の結核病床以外に40床の一般病床を開設し、整形外科と内科の外来診療を開始しました。

その後、行政による検診の発達やツベルクリンやBCGといった予防対策などの公衆衛生の充実により結核患者数は順調に減少しました。また検査や薬の発達で入院期間は短縮されてきました。となると、これまでほど結核病床は必要ではなくなり、過剰となってきました。そこで、当院では、この3月末日をもって、50年以上に及ぶ結核診療の歴史に幕を下ろすことになりました。時代の変化に伴う当院の転換点です。

4月からは一般病床40床の病院となります。建物は大きいのですが、中身はいたってシンプルとなります。当院の提供できるヘルスケアサービスとしては、整形外科、リハビリテーション、糖尿病など生活習慣病に対する内科と健診、そして、疾病予防施設ヴィゴラスでの健康管理活動ということになります。

目指すのは「リハビリテーション機能の充実した整形外科の専門病院」です。整形外科は骨や関節、そして神経といった身体を動かす仕組みに起こった異常を扱う分野です。したがって、「痛み」「しびれ」「関節が動かない」「手足がう

まく使えない」など身体の機能がおかしくなって、受診される患者さんがほとんどです。これまでの整形外科では、「使うこと」

によって発生した症状を「使わないこと」で解決しようと「安静」や「固定」が治療の主体となっていました。しかし、当院では、「『寝たきり』は『寝かせきり』から」と言われるように、使わないでいる弊害の大きさを痛感し、使いながら治す方法はないものかと考えてきました。スポーツ障害で悩む選手達に、スポーツを止めると指示しないで治せないかということです。それは、スポーツ選手に限ったことではありません。重量物を扱う方も、家庭の主婦も、高齢者も、障害を持った方でも、身体機能、年齢、職業、体重、性別、障害の有無などに関わりなく、すべての方に適用できる原則だと考えるようになりました。それが「その方がやりたい、またはやらなければならない活動を中止することなく、症状を改善し、再発も予防する診療」です。

「リハビリテーション機能の充実した整形外科の専門病院」となるには、新しい技術を取り入れながら、一つひとつの疾患を治療していく過程をこれまで以上に洗練していく必要があると考えています。疾患ごとのいわば「治療の工程表」を完成させ、患者さまの立場に立った合理的で効率的な診療のシステムを追求していこうと準備を進めています。

これからも当院をご利用いただき、率直なご意見、ご感想などお寄せいただければ幸いです。どうぞ、よろしく申し上げます。

島田病院 院長 島田 永和



島田病院

### < 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

## 診療体制変更のお知らせ

平成17年4月1日より診療体制に変更があります。  
島田院長の診察枠が水・金の午前中に追加となりました。

初診の方のご予約も可能ですのでぜひご利用ください。  
予約受付直通 TEL: 0729-53-1051

### 現行

	月	火	水	木	金	土	
						第1・3	第2・4
午前 8:30~12:00	吉田 松浦 富原	島田 金 松浦	金 佐竹 小西	島田 佐竹 橋本	吉田 富原	松浦 佐竹 岩切	吉田 富原 白
午後 13:00~15:30						松浦 佐竹	吉田(親) 金(親) 富原
夜間 15:30~19:00	島田 金 佐竹	富原 小西 豊田	吉田 松浦 富原		金 松浦 佐竹		

### 4月1日より

	月	火	水	木	金	土			
						第1・3	第2	第4	第5
午前 8:30~12:00	吉田 松浦 富原	島田 金 松浦	島田 金 佐竹	島田 佐竹 橋本	島田 吉田 富原	松浦 佐竹 岩切	吉田 富原 白	金 富原 白	吉田 金
午後 13:00~15:30						松浦 佐竹	吉田 富原	金 富原	吉田 金
夜間 15:30~19:00	島田 金 佐竹	吉田 富原	吉田 松浦 富原		金 松浦 佐竹				

詳細は、4月1日発行の外來診療案内をご覧ください。

## 診療部

### 老年医学(高齢者医療)について <その2>

最近老年医学において、老年症候群という言葉が使われるようになりました。老年症候群とは高齢者に特有な症状や所見の総称です。

特に75歳以上の高齢者に多い傾向があります。たとえば転倒、骨折、嚥下障害、尿失禁、難聴などです。これらのうち、特に転倒、骨折に関する原因としては骨粗鬆症や脳血管障害、下肢血流障害、めまいなどがありますが、大切なことは、転倒を予防すること、そして万一転んでも骨折しないことでもあります。たとえ不運に骨折しても早期にリハビリをおこない、運動・生活機能を回復することです。

島田病院では整形外科、リハビリテーション科、内科など

が協力して、そのような診療をさせていただいています。また、もし機能が低下しても介護が少なくすむように日常生活でのリハビリとケアをしていくことが非常に大切です。それが生活の質の向上、つまり「生き甲斐」につながると思います。はあとふるグループではそのようなお手伝いを必要な方にさせていただいています。

(内科医長 植田 秀樹)



## 医事課

### 外来からのお知らせ

当院、外来では患者様誤認防止のため、受付・診察室入室時・リハビリ問診時等での患者様確認に診察券のご提示をお願いしております。

診察券は出しやすいお手元にお持ちいただけますよう、お願いいたします。度々、お手数をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

(医事課リーダー 肥後 文浩)

## 第22回ミニスポーツセミナーのご案内

### テーマ「成長期のトレーニング」

日時 平成17年3月24日(木)  
18:30~20:00

講師 はびきのヴィゴラス  
トレーナー 大西 敏之

場所 リハビリテーション室  
(老人保健施設悠々亭1階)

参加費 無料(要予約)

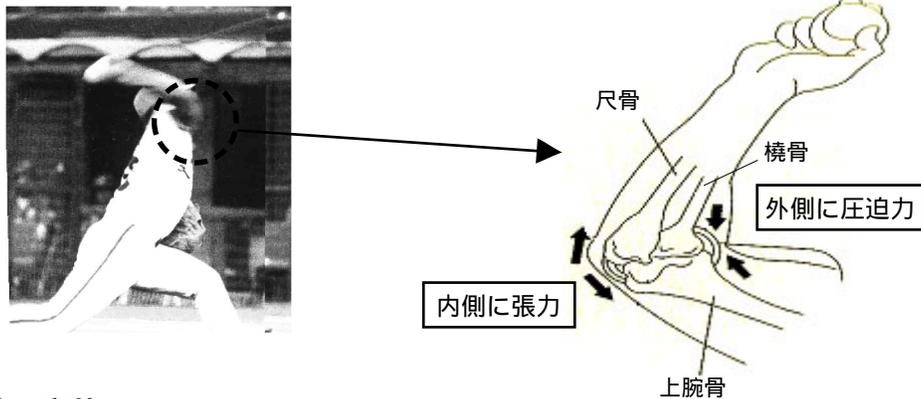
お問合わせ・お申し込みは  
はびきのヴィゴラス TEL/FAX 0729-53-1007



# 野球肘のリハビリテーション

## 1 野球肘とは

野球肘とは投球による肘の障害の総称のことで、主に投げすぎによって起こるスポーツ障害です。痛む箇所は肘の内側と外側が多く、原因として投球動作のリリース直前に肘の内側に張力(引っ張る力)肘の外側には圧迫力(上腕骨と橈骨がぶつかる力)が働くことがあげられます。



## 2 野球肘の症状

肘の内側・外側を押すと痛みます。肘の伸びと曲がりが悪くなります。これらの症状がある時は、整形外科を受診してください。痛みを我慢したまま投げ続けると剥離骨折や靭帯損傷へと発展し野球人生に関わるものとなってしまいます。

## 3 リハビリテーション

今回は肘の内側に痛みがある時のリハビリテーション例を紹介します。ポイントはまず肘の内側の筋肉を柔軟にすること、強化することから始めます。投球は痛みがとれるまで中止します。

**保護期** 安静時に痛みがある時期 アイシング

**回復期** 安静時痛みが消失する時期 肘の可動域と筋力の回復を図ります。



肘の内側のストレッチ



肘の内側の筋肉を伸張し筋の硬結部分を直接押す。



肘の曲がりを改善するストレッチ



手首を曲げ肘の内側を鍛える



手首を回し肘の内側を鍛える

**復帰期** 筋力・可動域ともに回復する時期

投球動作で痛みがないことと、投球フォームを確認しながら投球を徐々に開始します。

理学療法士、医師のチェックを受けながら全力投球へ進みます。



## 「リハビリテーション」の基礎知識 その4 「リハビリテーションは

### 医学的な側面だけではありません」

WHO (1968) は「リハビリテーションとは能力低下の場合に機能的能力が可能な限り最高の水準に達するように個人を訓練あるいは再訓練するため、医学的・社会的・職業的手段を併せ、かつ調整して用いること」としています。

リハビリテーションは「全人的アプローチ」という思想が根底にあり、医学的な側面だけでは到底なし得ないアプローチなのです。

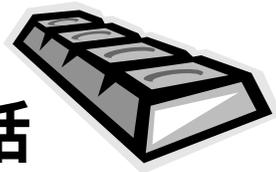
リハビリテーションを大きく分類すると、4つの領域に分けることができます。

- 1) 医学的リハビリテーション
- 2) 社会的リハビリテーション( 地域や社会環境面での援助 )
- 3) 教育的リハビリテーション
- 4) 職業的リハビリテーション( 職場環境や雇用面での援助 )

~ ちょっとトクする話 ~

健康食材シリーズ 6

## チョコレートのお話



バレンタインディにはいくつチョコレートをもらいましたか？  
最近では女性から男性へ・・・だけではなく、チョコレートを同姓同士で「ともチョコ」  
として、感謝の気持ち・友情のしるしとしてプレゼントすることも多いようですね。  
今回はそのチョコレートにまつわるお話です。

### チョコレートの原料、カカオ豆には様々な効能が含まれています。

チョコレートの主原料のカカオ。カカオの木は幹に直接、ラグビーボールのような大きな実をつけます。その中に30粒から50粒くらいの、アーモンドを少し大きくしたようなカカオが詰まっています。そのカカオは昔、お金として使われるほど高価なもので、労働者1人はカカオ100粒で交換できたそうです。しかしそのカカオはチョコレートとして

食されていたわけではなく、粉にしたカカオを水に溶かしとうがらしなどをいれて愛飲されていたそうです。とてもおいしい飲み物とはいえ、それが愛飲されたのはカカオの薬効を体感していたからと言われています。日本にも、チョコレートは薬として入ってきたのです。

### ~ カカオポリフェノールという物質が注目 !! ~

カカオ豆の中には様々な栄養成分が含まれていますが、その中で注目されているのはポリフェノールという物質です。この物質は赤ワインやお茶などにたくさん含まれることでご存じの方は多いのではないのでしょうか？では、ポリフェノールにはどんな効果があるのでしょうか。

各食品におけるポリフェノール

食 品	主なポリフェノール成分	食品中のポリフェノール含量	ポリフェノールの主な効果
チョコレート	カテキン・エピカテキン	0.8g/100g	動脈硬化予防・疲労回復・ストレス抑制
赤ワイン	カテキン	0.3g/100ml	動脈硬化予防・がん予防・高血圧予防
お茶	タンニン	0.1g/100ml	抗菌・抗ウイルス・発がん予防



ポリフェノールは赤ワインよりチョコレートに多く含まれているんですね！

### 知って得する栄養学

#### ポリフェノールの効果的なたり方

ポリフェノールは多量に摂取しても、その効用は2~3時間しか持続しないという報告がされています。体内に蓄積されないのでポリフェノールを含むいろいろな食品を3食や間食に用いて補給しましょう。

【ポリフェノールを多く含む食品】

バナナ・マンゴ・ブルーベリー・春菊・納豆・そば  
ぶどう・りんご・れんこん・ししとう

島田病院では、このニュース・レターが病院と患者様を結ぶ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。