

# はあと・ほっとステーションしまだ

## 島田病院 平成17年度の目標

### -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-

2005 4

Vol.29



島田病院

先月号でお知らせしましたように、3月末で島田病院は当初180床あった結核病床を閉鎖し、40床の病院となり再出発します。この40床の病床を整形外科とリハビリテーション、そして、糖尿病などの生活習慣病対策の診療に使っていかうと考えています。中でも中心となるのは整形外科です。具体的には、骨や関節、脊髄や末梢神経に起こった手術の必要な外傷や疾患の治療です。年度初めに当たり、当院の医師の得意分野や役割をご説明し、平成17年度の当院の方向性のご紹介としたいと思います。

骨や関節のケガの中で、脱臼や骨折でも、そんなにズレがなければ、ギプスで固めて治すことができるので、入院しないで、外来で治療することが可能です。しかし、たとえば、本来動く部位である関節にかかる骨折などでは、少しのズレでも将来の関節の機能に影響を与えます。そこで、手術をしてでも、そのズレを元に戻す方がよいと判断される場合もあるのです。整形外科担当診療副部長の吉田医師は、外傷治療の豊富な経験があり、こうした骨折・脱臼の的確な治療を実践・指導しています。

靭帯損傷もスポーツ選手によく見られる外傷の一つです。靭帯は関節を安定させるために、ピンと張った状態となっています。それが、通常とは違う方向に捻ったり、外から乗られたりすると断裂が起こります。痛んだ関節の周囲の筋力を補強することで多少の安定性を獲得できることもありますが、激しいスポーツ活動ではやはり不安定感が残り、やむを得ず手術で靭帯を縫い合わせたり、新しく靭帯を作り替えたりする手術を行うこととなります。先日、ある雑誌で日本での「前十字靭帯損傷に対する靭帯再建手術」の件数の多い施設が紹介されていました。当院では医長の富原医師を中心にこの手術に取り組み、全国で29番目にランクされていました。

野球など腕をよく使う競技では肘や肩に独特の障害が発生します。野球肘とか投球障害とか呼ばれるものです。中でも少年に起こる「離断性骨軟骨炎」と言われる障害は、軟骨がその奥の骨と共に傷んでしまうもので、なかなか回復せず、ご本人にもご家族や指導者の方にとっても、もちろん担当する医師にとっても、大きな悩みとなります。一生懸命野球に取り組んでいればいるほど、こうした疾患が発生するリスクが高くなるというのは、本当に皮肉なことです。そこで、どうしても改善しない例に対しては、医長の松浦医師は手術を行います。傷んでしまった骨と軟骨をくっつけるために骨を釘のように使って止めたり、損傷が強くはがれてしまっている場合はその部分を埋めるように、軟骨の付いた骨を植えたりという特殊な手術を行っています。肩についても内視鏡を使って、傷んだスジ(腱板)を修復したり、脱臼癖のついた肩を抜けにくくしたりする手術をしています。

腰からお尻、さらには足にかけて強い痛みやしびれで日常生活にも支障を来す場合がある疾患に「腰椎椎間板ヘルニア」という

のがあります。また、年配の方では、一定の時間や距離を歩くと徐々に痛みはシビレ、突っ張りが足に出現して歩けなくなり、しゃがんだり座ると良くなるけれども、また同じような時間歩くと同様の症状が起こる「腰部脊柱管狭窄症」というものもあります。いずれも、薬や注射、そして体操といった方法で楽になり、もとの生活に戻ることができる場合の方が多いのですが、1割から2割の方は、どうしても改善せず、手術を行うことがあります。整形外科科長の金医師は、脊髄に対する圧迫を取って、症状を改善させる手術を専門に手がけています。最近では、カメラ(内視鏡)を用いて、2センチ以下の傷で行う方法も開発され、導入しています。こうした技術により、身体に余分の傷を付けないので、手術の翌日からトイレに歩けますし、入院期間も一週間と随分短縮しました。

年齢と共に関節の軟骨が少しずつ痛んでくる病気に「変形性関節症」があります。これが、体重のかかる膝や股関節に起こると、歩くことに影響が出ます。これも、薬や注射、そして体操で改善することが多いのですが、中にはどうしても痛みが取れず、最終的な手段として手術を行うことがあります。佐竹医師は人工関節に入れ替える手術に取り組んでいます。外部の研修にも出かけ、最先端の技術を取り入れ安全で的確な手術を行っています。高齢社会の到来と共に、この技術により、年を取っても痛みなく活動することを保障するという意味で、比重が高くなると予測しています。院長の島田は、手術は行いません。メスを置いた外科医です。外来診療の枠を増やし、スポーツ傷害や関節リウマチを含めて、整形外科全般にわたって診療を行います。皆様方の悩みの相談口として、必要に応じて上述の医師達や、時には外部の専門家へ紹介もいたします。手術を支える麻酔医の副院長河崎医師とペインクリニックも担当する医長の竹内医師、そして、全身管理に欠かせない内科医長の植田医師が揃い、整形外科の専門診療が行える環境となっています。

手術のことばかり書きましたが、手術の成果を十分に引き出すためには、リハビリテーション(リハ)が大切であることは、論を待ちません。当院には、充実したリハの施設・設備に加えて、リハに関する理学療法士、作業療法士、言語聴覚士といった多くの専門技術者が勤務しています。医師、看護師、技術者、医療相談員達がチームとなって、その方らしい生活や人生への回復を、心(はあと)と技術(はんず)でサポートして参ります。これからも、どうぞよろしく願い申し上げます。

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

## 島田病院 河崎副院長が就任しました。

### 「副院長就任にあたって」

4月1日、島田病院は長年の結核診療の幕を閉じ、整形外科に特化した病院として新しいスタートを切ることになりました。医療を取りまく環境は、年々厳しくなっていますが、これからの医療に求められるのは「質の確保と効率化」であると考えます。島田病院においても、より質の高い整形外科診療を推進するために、質を保証し管理するシステムを構築していく必要があると考えています。当院の提供するヘルスケアサービスが、患者さまおよび地域の方々にとって満足度の高いものとなるよう職員挙げて患者本位の医療を展開していく所存です。医療機関としての社会的使命は、安全で安心できる良質の医療を地域の方々

に効率よく提供することに尽きると思っています。そのためには顧客の皆様方に積極的に情報を開示し、医療の透明性を高め、信頼に耐えうる診療を推進していくことが重要であると考えています。副院長を拝命するに当たり、島田病院が地域の方々に信頼され、選ばれる病院となるよう尽力していきたいと思っています。今後ともよろしくお願いいたします。

副院長 河崎 収

#### 河崎 収 医師 経歴

昭和53年大阪市立大学医学部卒

専門 麻酔科

専門医 厚生労働省 麻酔科標榜医・日本麻酔科学会 麻酔科専門医

## 診療部

### 老年医学(高齢者医療)について <その3>

60歳以上になられて糖尿病と診断される患者さんは少なくありません。実際に有病率は15%以上、その数は300万人以上とされています。そして今後もさらに増加することが予測されています。糖尿病は別名“血管病”とも言われるぐらい血管障害ならびに動脈硬化を引き起こす病気です。まして動脈硬化は、加齢ともなって進行するため、高齢者の方が糖尿病を合併する場合は加速度的に進行していきます。特に死因に関する疾患としては、虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞など)や腎障害(腎不全など)が多いと言われています。

では糖尿病の治療をどうするかというと、若中年者のように必ず厳密な血糖コントロールが必要になるとは一概に

言えません。患者さん自身の糖尿病の罹病期間、合併症のレベル、余命、認知のレベル、QOL(生活の内容の質)などを総合機能評価的に勘案して、血糖コントロールをおこなっていく必要があります。そしてまず最初に食事、運動の点からライフスタイルを見直すことが大切です。血糖値があまりにも高い場合は内服薬やインスリンを用いることも必要です。

高齢者の糖尿病についてまだまだお話しすべきことはたくさんありますが、島田病院ではこのような高齢者の糖尿病の患者さんに対しても十分な療養指導とその援助をさせていただきます。お気軽にご相談ください。

(内科医長 植田 秀樹)

## ヴィゴラス教室

### 爆発的トレーニング

パワー、ジャンプ力を向上させたい方必見の教室です

4月13日(水)・20日(水)・27日(水)

時間 全て19:00~20:30

担当 トレーナー 大西 敏之

参加費 1回1050円(税込)

### 高齢者のための筋力トレーニング

介護予防でも効果的と注目されている筋力トレーニングの教室です

4月14日(木)

時間 15:30~16:30

担当 トレーナー 西村 貴宏

参加費 無料

### ~ヴィゴラス春の新入学&新学年応援キャンペーン~ (学生に限ります)

4/1~4/30無料体験利用何回でもOK(予約制)

詳しくはヴィゴラス受付カウンター、またはお電話でご確認ください。

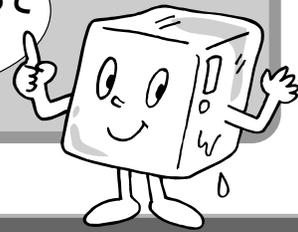
直通☎0729-53-1007



# Icing

## アイシング

つまり氷などを使って冷やすことです。



## アイシングとは?

氷(または氷に準ずる冷却用具)を用いた様々なスポーツ医学的テクニックの総称です。



## 利用法は?

### その1 けが(捻挫、肉離れ、打撲、脱臼、骨折など)の応急処置

大まかな目安としては、腫れ、痛み、熱感といった炎症反応が起きている場合は、アイシングの対象になります。

けがの悪化を防ぎ、回復を早める効果があります。

### その2 慢性的な痛みの緩和と予防

痛みとそれに伴う筋肉のこわばりを軽減することができます。

### その3 手術直後からのリハビリに

筋肉のこわばりをふせぐことができます。(痛み-筋スパズムという悪循環に対して)

手術によって傷つけられた組織の周囲の細胞を守ります。

炎症を抑え、痛みを軽減します。

その他 疲労回復、ウォーミングアップやクーリングダウンの補助として使われることもあります。

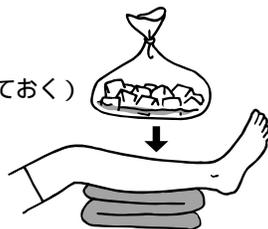


## 方法は?

### アイスパック

袋の1/2~2/3くらい氷を入れる。(水も少し入れておく)  
患部に当てたときに氷の接触面積が増えるように、  
氷を平坦にならべる。  
できるだけ中の空気を抜き、口を縛る。

↓  
患部に当てる。



その他、アイスノンや  
コールドバックでもOKです。

### アイスマッサージ

氷を肌に直接当て、それを動かしながら患部を冷やしていく。

アキレス腱、くるぶし、指など、  
アイスパックが当てにくい部位を  
効率的に冷やすのに適しています。

紙コップに入れて作った氷を利用すると、液を持つ手が冷たくならず便利です。  
紙を少しずつ破っていきます。



### コールドスプレー

野球でのデッドボールの直後など、一次的な痛みの緩和には役立ちます。

マイナス温度になった冷気がスプレーされるので皮膚表面の温度は一時的にかなり低くなりますが、それが筋肉の奥深くまで浸透することはありません。

アイシング本来の目的に使用することはできません。

アイシングの効果を狙って1ヶ所に断続的にスプレーを当て続けると、その部分の皮膚が冷たくなりすぎて凍傷を起こす恐れもあるので注意が必要です。



## 時間は?



1回につき  
20分~30分の  
アイシング

けがをしてから24~72時間は断続的にアイシングをする必要があります。  
けがをした当日は2時間に1回くらいのペースで冷やしましょう。



## 注意点は?

凍傷に注意!

0 以下に冷えている可能性のある冷却用具を使う場合には、次のような対策を行ってください。

直接皮膚に当てるのではなく、間にタオルなどはさむ(氷、コールドバック共通)

少し水を加えて溶けかかった状態にする(氷の場合)

# 島田病院 結果発表 食事満足度調査

平成17年2月実施

4月に入り、やっと春らしくなってきました。4月と言えば新しい年度のはじまりでもあります。きっと進学や進級される学生さんやそのご家族は「4月からは をしよう!」などいろいろ目標を立てているのではないのでしょうか? 当院の栄養管理課でも心機一転、食事サービスの更なる向上に努めてまいりたいと思っています。

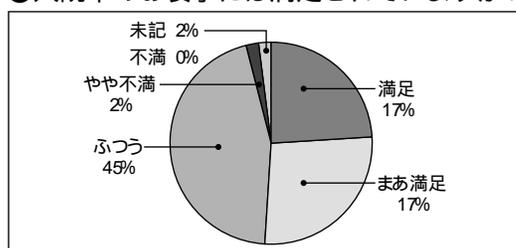
新しい取り組みのひとつとして、当院の給食に対し患者様からいただいた意見や評価をこの場をかりて公表していきたいと考えています。合わせて、当院の人気メニューや自慢のメニューなども紹介していきたいと思ひます。そして少しでも、入院したときの不安や、「病院給食」のおいしくないイメージを払拭していただけるよう努めてまいります。

実施日:平成17年2月14日(月)

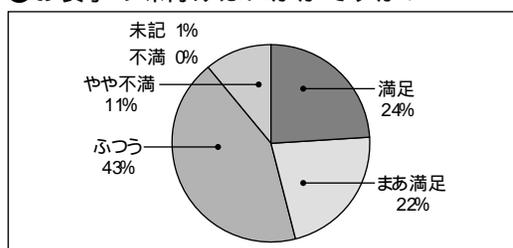
対象者:入院患者52名(治療食をお召し上がりの方を含む)

回収率:96.2%(52名中50名回収)

## ①入院中のお食事には満足されていますか?

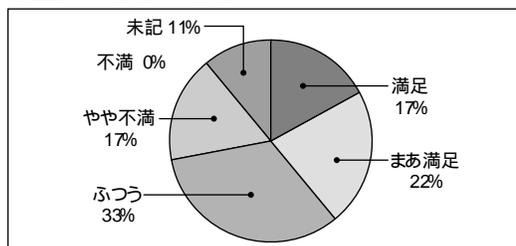


## ②お食事の味付けはいかがですか?



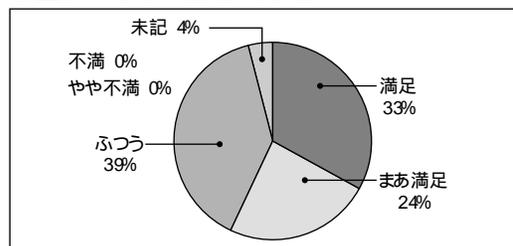
「やや不満」と答えられた理由は何ですか?  
味が薄い...2名 味が濃い...3名

## ③量はいかがですか?



「やや不満」と答えられた理由は何ですか?  
量が多い...2名 量が少ない...3名

## ④盛りつけはいかがですか?



## ⑤その他のご感想

- ・思っていたよりおいしかったです。
- ・栄養のバランスがとてもいいし、ほんとにおいしいです。
- ・お手ふきがついていて気持ちよく食事ができます。
- ・やや薄味のような気がします。
- ・温かい御飯・おかずがなによりです。
- ・病院食にしてはよいのではないかと思います。



「島田病院 食事満足度調査」にご協力いただきありがとうございました。  
この結果を参考に、これからもっと満足していただける食事を提供できるよう  
スタッフ一同がんばりたいと思ひます。

次月はこの調査結果を踏まえ、いただいたご意見にお答えさせていただきます。

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。