

まごころ

みどりヶ丘病院広報誌

私たちは真心の医療と福祉を通じて、地域の人々に貢献します

特集

整形外科
変形性関節症について

- 看護部長が就任しました
- 新任医師のご紹介
 - 入職式を行いました
 - 認定看護師コラム
 - 栄養課だより
 - 診療所のご紹介



治療には筋力強化が、
手術にはタイミングが重要です

対
談



副院長 兼 整形外科部長

やま ぞえ しょう いち
山添 勝一

日本整形外科学会専門医 専門：股関節

副部長

すぎ たに かず や
杉谷 和哉

日本整形外科学会専門医 専門：膝関節

要介護の大きな原因となる膝や股関節の痛み。

稀な病気ではなく、高齢化社会の中で患う方が多く増加傾向にあります。

今回は『変形性関節症』について整形外科の山添先生と杉谷先生にお尋ねしました。

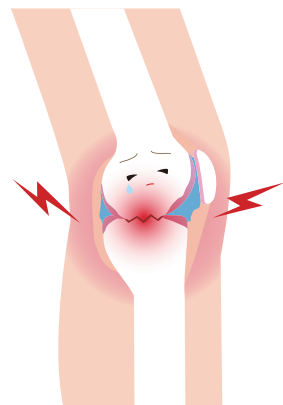
Q変形性関節症とはどのような疾患ですか

山添先生 「脊柱管狭窄症」「大腿骨近位部骨折」「骨折」と並んで、要介護の原因となる疾患のひとつが「変形性関節症」です。痛みを苦しんでいらっしゃる患者さんの多い疾患です。

杉谷先生 長年の負担により軟骨がすり減ってしまうことで、さまざまな炎症性の症状が出ます。私の専門である「変形性膝関節症」を例にしますと、歩き出しや立ち上がりでの痛み、荷重時での痛み、さらに進行すると骨が変形して関節の動きが硬くなり、痛みで動かさなくなることによる筋力の低下など、悪循環に陥ってしまいます。



山添先生 怪我や炎症を起こしていない限り、自然発生はほとんどの場合圧倒的に女性に多いのが特徴です。60歳を超えると極端に増え、高齢者になるほど罹患率が高くなります。主な症状は、膝の痛みと水がたまること。初期では動作開始時の痛みも休めばとれますが、中期では正座や階段の昇降が困難となり、末期になると、安静時にも痛みがとれず、変形が目立ち、膝がピンと伸びず歩行が困難になります。徐々に進行し最終的には日常生活に大きな支障をきたすことになります。



Q手術以外にどのような治療法がありますか

山添先生 整形外科というと即手術と誤解されている方も多いのですが、「変形性関節症」の場合も手術以外の治療法があります。現在の症状や関節の状態によってさまざまな保存療法をご提案し、患者さんと共に二人三脚で「変形性関節症」の回復に向けて努力していきます。

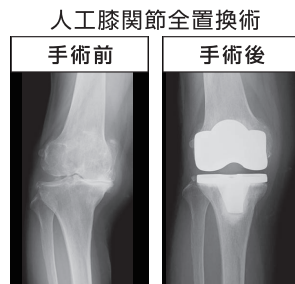
杉谷先生 関節の痛みが続く場合、早い段階で病院にかかる必要があります。早期発見はもちろんですが、リウマチ、骨壊死といった「変形性関節症」以外の疾患が隠れていることも少なくないので、病院での診察・適切な

な検査・正しい診断が必須です。基本的な治療法としては、日々のトレーニング、日常生活における動作の指導、内服薬、注射、靴の中敷に特殊な板である足底挿板を敷くなどの治療となります。

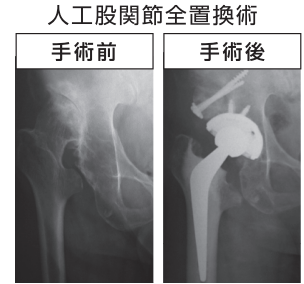
山添先生 私の経験から言いますと、「変形性関節症」が相当進行している患者さんでも、医師のアドバイスを真摯に受け止めて真面目に取り組んでいただくと、進行がゆっくりとなり、結果的に手術が回避できるケースもあります。

Q手術はどのようなものですか

杉谷先生 膝関節の手術では、膝関節のすべてを人工関節に置き換える「人工膝関節全置換術」、痛みが1ヶ所だけ、変形が大きくないなど比較的症状の軽い方は膝関節の一部を入れ替える「人工膝関節単顆置換術」、そして膝関節の近くの脛骨を切って向きをかえることで、変形を矯正し痛みを取り除く「骨切り術」などがあります。



山添先生 股関節の手術も膝関節同様に「人工股関節全置換術」と「骨切り術」となります。症状の強さ、日常のトレーニングでも改善があまりみられない病状の経過、年齢や生活スタイルなど、さまざまな点を考慮し患者さんご本人と相談しながら、手術法を選び進めていきます。



Q手術後の経過について教えてください

山添先生 当院は高齢の患者さんが多いので、しっかりと回復し、安心してご自宅にお帰りいただくことを目標としています。入院は1ヶ月、外来観察で2ヶ月ぐらいがひとつの目安ですね。

杉谷先生 もちろん症状によって異なりますから、退院が早くなる方、逆に延びてしまう方もいらっしゃいます。

山添先生 また、一般的に術後はリハビリテーション専門病院に転院いただくのですが、当院は院内にリハビリテーション機能を備えていますので、病棟に移っていただくだけで、術後の回復を手厚くサポートいたします。以前と同等の生活ができるまで、信頼してお任せください。

先生からのコメント

杉谷先生 患者さんに「治療を続ける意欲を持ち続けてもらう」ことを心がけています。そのためには患者さんに寄り添った丁寧な説明と患者さんの訴えをしっかりと聞くことが大切。患者さん自身の意思を尊重しながら医師として適切なアドバイスを行っています。



山添先生 受診＝手術ではありません。正確な診断のもと将来を予測し、治療計画を立てます。手術が必要な場合は担当医とじっくり相談の上、特性を理解しタイミングを逃さないことが大切です。



看護部長が就任しました

この度、看護部長に 蒲田 史 が就任いたしました
この場をお借りして、ご挨拶申し上げます

目配り、気配り、心配りができる 看護職員の育成を目指します

患者さんと接する時間が医師よりも多い看護師に何よりも必要なのは、目配り、気配り、心配りだと考えています。現場には現場の考えもあるはずですので、そうした声にもしっかりと耳を傾け、前向きな意見は積極的に取り上げ、良いところを伸ばし、変えるべきところは一つひとつ確実に変えていく。そうして生まれる変化を、看護師のモチベーションにつなげたいと思っています。看護部長の立場になり直接患者さんと接する機会は減りますが、これまでの経験を活かしながら、患者さんに安心していただけるよりよい看護を目指してまいります。

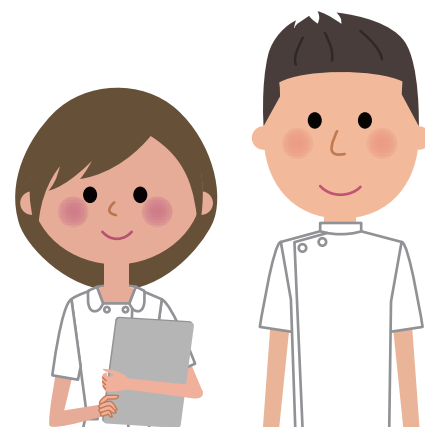


看護部長 がま だ ふみ 蒲田 史

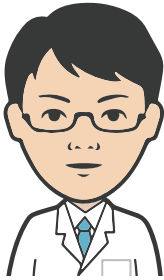
看護部理念

私たちは患者さん中心の心のこもった看護を提供し選ばれる病院づくりに努めます

1. 親切で思いやりのある看護を提供する
2. 患者さんのために安全で安心な看護を提供する
3. 患者さん一人ひとりのニーズにあった看護を提供する
4. 言葉による看護を大切にする
5. 看護の質を高めるために自己啓発に努める
6. 高齢者の人権を尊重し、見守りと自立への支援に努める
7. 他部門との協力・連携を図り、よりよい人間関係を保つ



新任医師のご紹介



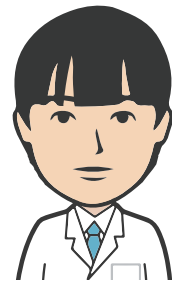
麻酔科 ^{しみず ふみひろ} 清水 文浩 日本麻酔科学会 指導医・専門医

手術室には毎日のように脊椎の手術、骨折の手術、外科の手術とさまざまな患者さんが全身麻酔を受けに来られます。一昔前に比べると、薬の改良や機器の進歩に伴い麻酔の安全性は格段に高まりました。それらを統括して、個々の患者さんに合わせたオーダーメイドな麻酔を提供できるように日々研鑽しておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

総合内科 ^{しまづ ひでき} 嶋津 秀紀

日本内科学会 認定内科医、日本リウマチ学会 リウマチ指導医・専門医

昨年11月より勤務させていただいております、嶋津 秀紀と申します。
総合内科、リウマチ膠原病疾患を中心に診療を行っております。
患者さんご家族方に対して丁寧な説明を心がけ、患者さんそれぞれに最適な医療を行えるよう努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。



画像素材 : <http://www.iconpon.com/>

—— 本年度の新入職員入職式を行いました ——

看護部26名・リハビリテーション部13名・薬剤課4名・臨床検査課1名・臨床工学課1名・栄養課1名・調理課1名・事務部2名・保育士4名・看護学生10名と大勢の職員を迎え入れることができました。元気で明るい新職員たちの活躍により、当院もより活気に溢れることと思います。これから研修の後、各々の部署に配属されます。初志貫徹の精神で地域の皆さまに貢献できるように頑張っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

新しい職員が
入りました



咽頭結膜熱とは

アデノウイルスに感染しておこる病気で、春から夏にかけて流行します。別名プール熱とも呼ばれ、プールの水を介してうつることがありますが、日本のプールは基本的に塩素消毒により衛生管理が行われています。

感染する原因

咳やくしゃみによる飛沫感染、あるいは手指を介した接触感染です。感染力は強力ですので、しっかりと予防することが大切です。

治療方法

発熱やのどの痛みに対する解熱鎮痛剤や、結膜炎の症状が強い場合は目薬が処方されるなどの対症療法となります。発熱やのどの痛みから、食欲の低下や、小児では脱水になることがあります。のどごしの良いものや水分を多くとり、安静を心掛けましょう。

予防方法

流行時には、手指の消毒・手洗いをしっかりと行うこと、咽頭結膜熱に感染している患者さんとのタオルや箸の共有を避けるなどの対策が必要です。



感染管理認定看護師
是澤 陽子

咽頭結膜熱の主な症状

発熱 のどの痛み 結膜炎



栄養課
だより

食物繊維たっぷり!! 旬食材!! 若竹煮



材料(1人分)

- ・たけのこ(水煮).....70g
- ・カットワカメ.....1g
- ・砂糖.....2g
- ・薄口醤油.....4g(小さじ2/3)
- ・だし汁.....適量

1人当たり エネルギー量 43kcal
たんぱく質 4.3g 脂質 0.2g 塩分 0.8g 食物繊維 2.6g

〈作り方〉

- ① 鍋に乱切りにしたたけのこを入れて、ヒタヒタにだし汁を入れる。
- ② ①に砂糖を加えて5分ほど煮る。
- ③ ②に薄口醤油を加えて5分ほど煮る。
- ④ たけのこを煮ている間に、ワカメを水でもどしておく。
- ⑤ ③にもどしておいたワカメを入れて一煮立ちさせる。

食物繊維の
摂取量の目安(1日)

男性 20g以上
女性 18g以上



memo

食物繊維は便秘の改善以外にも、虫歯予防、血糖値の改善、脂質代謝異常の改善、高血圧の改善、大腸がん予防など、さまざまな働きがあり、健康を維持する上で欠かせない栄養素です! 毎食しっかり野菜(食物繊維)をとるようにしましょう。

診療所のご紹介

いいしまクリニック

クリニックを始められた経緯は？

私は1990年くらいから19年ほど、みどりヶ丘病院に勤めていました。事情があり、当直のある勤務医は難しくなってしまうんです。どうしようかと考えていたところ、縁あって知り合いの先生から引き継いだのがきっかけです。



いいしまクリニック いいしま なおと 飯島 直人 院長

ご専門分野について

以前にみどりヶ丘病院で勤務医をしていたときは、消化器内科を専門としていました。いいしまクリニックを開業してからは、内科全般を診ています。

地域のクリニックとしての思い

開業医は“方向性を示す道案内役”だと思います。自院だけでなく、必要に応じた他院への紹介も重要で、「ここの先生が良いよ」と言えるのが一番良い開業医だと思います。

みどりヶ丘病院について

コンシェルジュがいるのがいいですね。紹介すると必ず病診連携室の方が受付で待って下さり、最初から最後まで対応してくれるので、多くの方が喜んでいきます。



〒569-1029 大阪府高槻市安岡寺町5-1-5 TEL：072-688-2578
JR東海道本線(JR京都線)高槻駅下車 「松が丘」バス停より徒歩1分
診療時間 午前8:30～12:30、午後16:30～19:00(休診:水曜日、土曜日午後、日曜日、祝日)

にしかわ皮フ科クリニック

クリニックを始められた経緯は？

以前は勤務医として、重症から軽症の方までさまざまな患者さまの皮膚疾患に携わっていましたが、「もっと一人ひとりの患者さまに寄り添ったきめ細かい対応をしたい」と思い、開院しました。



にしかわ皮フ科クリニック にしかわ みさき 西川 深雪 院長

ご専門分野について

一般皮膚科として、皮膚および皮膚付属器(毛髪、爪、汗腺など)全般に対応しており、また、近年お子さまの皮膚トラブルも多く、小児皮膚科にも尽力しています。

地域のクリニックとしての思い

気軽に来院できる、『地域の皮膚科のお医者さん』でありたいと思っています。通院せずに悩んでいる患者さまには、まずその一歩を踏み出してほしいですね。

みどりヶ丘病院について

合併症が有り入院適用と思われる患者さまについて、速やかに相談ができますので非常に助かっています。距離も近いので、患者さまに負担を与えずに紹介できています。



〒569-1127 大阪府高槻市西真上1-36-8 2F TEL：072-686-6161
JR東海道本線(JR京都線)高槻駅下車 「真上」バス停より徒歩1分
診療時間 午前9:00～12:00、午後14:00～17:00(休診:水曜日、土曜日午後、日曜日、祝日)



院内勉強会

院内勉強会を開催します



糖尿病教室

5/25(土)
講師:薬剤師

・どうなってるの?災害時のお薬事情

6/22(土)
講師:理学療法士

・くいとめよう、血糖変動!
-ストレス発散も運動から-

7/27(土)
講師:歯科衛生士

・災害時の歯みがき、
あなたならどうしますか?

9/28(土)
講師:管理栄養士

・ローリングストック
-日常の食材で災害に備えよう-

10/26(土)
講師:外来看護師

・備えよう、いつでもどこでも



2018年度には「フットケアのコツについて」や「筋肉をつくるちょうどいいたんぱく質のとり方」など、多くの勉強会を開催しました。たくさんの方に足を運んでいただき、たいへん盛況のうちに終えることができました。本年度も、当院の医師やスタッフによる勉強会をたくさん行います。今後も皆さまにより一層喜んでいただける勉強会を開催していきますので、ぜひご参加ください。

場 所:みどりヶ丘病院会議室
(病院玄関から会場へご案内します)

時 間:14時~15時

注意点:動きやすい服装・靴でご参加ください

本年の4月より、みどりヶ丘病院がラジオに出演しております。

聞いてくださった方はいらっしゃいますでしょうか?10分程の短いコーナーですが、当院のドクターやスタッフが、みどりヶ丘病院の魅力や、医療のこと、医療スタッフとして働く際の心意気!などをお話させていただきます。
ラジオ大阪 FM91.9/AM1314 毎週土曜日朝7時~7時45分「桑原あずさのas life」の「ワンポイントホスピタル」コーナーにて放送中ですので、どうぞよろしくお願いたします!



当院では、患者さんが安心して診察や治療を受けられるよりよい環境を作ることを目的に、ボランティアの受け入れを行っています。職員と協力し、ボランティアとして一緒に患者さんの心に寄り添った活動を行ってくださる方をお待ちしています。ご興味のある方は、当院人事課までお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】みどりヶ丘病院 人事課 〒569-1121高槻市真上町3-13-1
TEL:072-681-5792(直通) 受付時間:9時~16時(月~金)

編集後記

今号より、「真心 明るく 正しく」から「まごころ」へとタイトルを変更いたしました。また、年2回発行しておりましたが、今年度より4月号・8月号・12月号と3回発行いたします。皆さまの目線に立ち、より温かく身近に感じることができる広報誌を制作するよう尽力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

INFORMATION

診療受付時間:午前8時15分~午前12時 ※受付終了時間は診療科によって異なります。

休診日:日曜・祝祭日、および年末年始 時間外診療:24時間365日対応 お問い合わせ:TEL 072-681-5717 (代表)

ご意見、ご感想
お問い合わせはこちらまで



病院広報
電話番号

072-681-5764



社会医療法人祐生会 みどりヶ丘病院

〒569-1121大阪府高槻市真上町 3-13-1

<https://www.midorigaoka.hospital/>

