

JCHO可児とうのう病院の「いま」を伝える

2015.2
HATOBUKI
冬号
Vol.10

はとぶき

特集

中高齢者に多い悩み・変形性膝関節症

豊かな人生を支える整形外科医療

はとぶきホットライン VOL.9

患者と医師を支える縁の下の力持ち

抗がん剤のスペシャリスト・がん専門薬剤師

地域医療機関と可児とうのう病院を結ぶ懸け橋

医療連携室だより VOL.10

可児医院／梶の木内科医院

特集

中高齢者に多い悩み・
変形性膝関節症

豊かな人生を支える
整形外科医療

靴底を一度見てみましょう。

片側だけ擦り減ってしまっていないですか。

そんな人に注意すべき病が変形性膝関節症です。

中高齢者を中心に、

多くの人が悩んでいる膝の痛みについて、

整形外科部長の幸島寛先生に

原因と治療法・予防法を尋ねました。



可児とうのう病院整形外科の医師と病棟看護師

イベントニュース

限定 半日ドックのご案内

実施期間 平成27年1月15日～3月31日

対象：半日ドック料金を全額個人でお支払いの方のみ

限定
料金

★新規の方

※過去5年間に半日ドックを受診していない方

21,000円(税込)

★上記以外の方

※男性にはPSA検査、
女性には骨密度検査を無料でお付けいたします

27,000円(税込)



体の状態をくまなく診断できるよう、設備が充実しています



自分の健康状態を把握することが、健康づくりの第一歩です

限定 半日ドックに追加可能 お値打ち価格のオプション

血圧脈波	2,160円→	1,500円(税込)
睡眠時無呼吸検査	2,160円→	1,500円(税込)
甲状腺検査	6,160円→	5,000円(税込)
胸部CT	11,830円→	7,000円(税込)
脳ドック	38,880円→	33,000円(税込)

上記キャンペーンメニュー以外の健診コースもございます。お気軽にお問い合わせください。

お申し込み・お問合わせ先

TEL0574-25-3115(内線395・396)

可児とうのう病院健康管理センター(予約係) 予約受付時間／平日のみ 13:00～17:00

さまざまな原因で発症 誰もがありえる膝の痛み

立ち上がった時や歩き始めた時に膝が痛む。症状が悪化すると関節がぴんと伸びなくなり、歩くこともままならなくなる。特に高齢の女性に多い症状に「変形性膝関節症」があります。

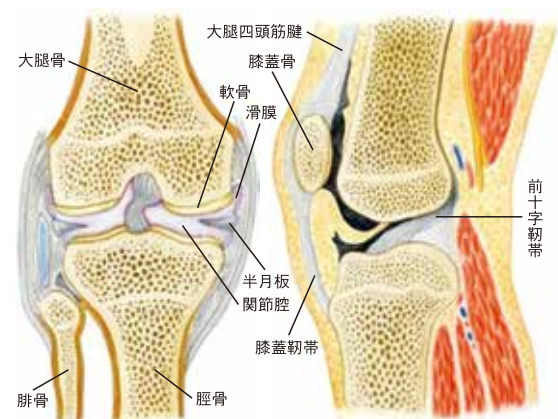


変形性膝関節症のレントゲン写真。
左が正常な膝関節。中央は関節の隙間が閉鎖し、右は荷重面が5mm以上摩耗しています

「膝症」があります。統計では30代半ばから症状を訴える人が多くなり、年齢が上がるともに増加。患者数は自覚症状をもつ人だけで1000万人、潜在的には3000万人と推定されています。

通常、膝の関節は軟骨で覆われ、その間にある半月板が衝撃を緩和。加えて、ヒアルロン酸を含んだ関節膜が潤滑油の役割を果たし、靱帯が骨と骨をつないで安定化させています。変形性膝関節症は、軟骨や半月板、靱帯が摩耗したり、断裂したりすることによって起こります。膝の変形が起る原因については、加齢や肥満をはじめさまざまな原因があります。整形外科部長の幸島寛先生は、「誰もが患う可能性があります」と話します。

「関節に負荷がかかることで、軟骨が摩耗します。例えば、O脚だと膝にバランス良く体重が乗らず、膝の内側にばかり負荷がかかってしまいます。肥満や筋力不足のほか、若い世代でもスポーツなどで靱帯や半月板を損傷し、軟骨に余計な負担をかけることがあります。」



膝関節の構造。左が正面、右が横面です

「靴底が擦り減っている人は、早めに修理するか、買い替えるかしてください。内側・外側のいずれかが擦り減っている場合は、関節により大きな負担をかけることになります」と幸島先生。また、加齢によって軟骨が柔軟性を失い、関節液のヒアルロン酸も減少するため、生活習慣と加齢が大きな原因となっているのです。

「靴底が擦り減っている人は、早めに修理するか、買い替えるかしてください。内側・外側のいずれかが擦り減っている場合は、関節により大きな負担をかけることになります」と幸島先生。また、加齢によって軟骨が柔軟性を失い、関節液のヒアルロン酸も減少するため、生活習慣と加齢が大きな原因となっているのです。

患者の人生をサポート 将来を見据えた治療法

変形性膝関節症の治療は大きく分けると、保存療法と手術療法の2つ。保存療法は生活指導から始まり、筋肉をつけるための運動療法や、足底板をつけて、膝の負担を軽減する装具療法、鎮痛剤の服用やヒアルロン酸の注射による薬物療法があります。手術療法は人工関節に置き換える方法が多く、保存療法を併用することも少なくありません。

「運動療法は全員にしていたいただきますが、その他の療法については患者が何を求めているかが大切。それぞれのメリツ



「人工関節は昔に比べて
耐久年数が延びた」と幸島先生

トとデメリットを説明して選んでもらいます」と幸島先生。人工関節を取り扱う手術については、最も感染に対する配慮が必要のため、表紙のような完全防護で行われます。人工関節も昔と比べて格段に耐久年数が延びたとはいえ、使い方によっては15〜20年で交換が必要です。決して患者の負担が軽い治療法ではありませんが、歩くことがつらいほど症状が進行した患者には勧める場合もあります。

だからこそ、治す目的をはっきりさせた上で、治療法を選ぶことが大切です。生活に不自由がない程度に歩ければいいのか、それとも旅行やスポーツを楽しむようになるのか。「人生を楽しむように、痛みで生きがいを見失わないように、サポートすることが私たちの仕事です」と笑顔を見せる幸島先生。痛みに耐えて生活してきた人からは、治療後の変化に喜び、感謝されることも多いといいます。

「痛い人は我慢せずに検査にきてください。自覚症状がない人も、いずれ症状が現れる可能性があります。1日20分以上歩くなど、しっかりと運動しましょう。変形性膝関節症の治療は、再生させて完治するものではなく、膝とうまく付き合うためのもの。一生付き合う自分の体を大切に、体の状態と日々の生活を見直してみたいかがでしょう。」

変形性膝関節症の運動療法【大腿四頭筋訓練】

太ももの筋肉(大腿四頭筋)を鍛えることで、関節の安定性を増して負担を減らし、痛みを和らげます。



足を伸ばして楽な姿勢で仰向けに横たわります。足首に重り(男性で3〜4kg、女性で1〜2kgの重りなど)をのせます。



訓練しようとする脚は、膝に力を入れて足の指をそらします。腰が痛い場合は、反対の膝を立てて行います。



足を伸ばした状態で脚を10°位あげます。そのまま数秒間保持してからおろします。



脚をおろしてリラックスします。

はとぶきホットライン

VOL. 9

患者と医師を支える縁の下の力持ち 抗がん剤のスペシャリスト・がん専門薬剤師

専門家がいるのは、医師や看護師に限りません。薬剤師にも、がんやHIV、精神疾患などの専門知識をもつ人に対する認定制度があります。可児とうのう病院には、中濃・東濃地区唯一のがん専門薬剤師が在籍。地域医療に貢献しています。

日進月歩の医療技術。特に高度な先進医療においては、新たな医療機器や新薬が日々生まれています。がんの治療は、そんな進歩が著しい医療のひとつ。担当する医師はもちろん、薬剤師も常に知識を更新し続けなければなりません。また、投与される抗がん剤は副作用が強く、量や方法を確認しつつ投薬を続けるか判断しなければなりません。副作用や痛みを抑える薬も併せて処方する必要もあり、より専門的な知識が必要です。

平成18年、各分野に特化した薬剤師を育成するために「がん専門薬剤師制度」が創設されました。可児とうのう病院の兼松哲史さんは中濃・東濃地区で唯一のがん専門薬剤師です。可児とうのう病院では入職から血液内科を担当。がんをはじめ、さまざまな患者を医師と二人三脚で診てきました。がん専門薬剤師に必要な知識は、この時から必要にかられて医師から教わりながら学んだといいます。現在は、血液内科だけでなく、外科・泌尿器科なども担当しています。「がん専門薬剤師の認定は、維持していくことが大変。日々、新しい薬の勉強をしています」と笑う兼松さん。その笑顔から患者の苦痛を減らしたいという思いが伝わります。



抗がん剤の調剤は、専用の機器を用いて行います

可児とうのう病院では、すべての入院患者と希望する通院患者に、抗がん剤の説明をしています。苦しい病氣と戦う患者を少しでもサポートしたいとわかりやすく説明する兼松さんに、「あなたがいて良かった」と声をかける患者も少なくないそう。一人ひとりと向き合いながら、がん治療を支えています。



院内はもちろん、中濃・東濃地区でもたった一人だけというがん専門薬剤師。「後進を育てたい」と兼松さんは今後は話しました

地域医療機関と

可児とうのう病院を結ぶ懸け橋

医療連携室だより

VOL.10

可児卓朗院長

食事は野菜を多く、腹八分目を心がけてください



祖父から3代にわたって、地域に根付いた医療を心がけてきた可児医院「昔この地域は路地が狭く、父は来院できない人をスクーターで往診していました」と話すのは可児卓朗院長。自身もタクシーで来院した患者を、家まで送ったことがあり、代々地域から親しまれています。以前より、鼻からの胃内視鏡を使用するなど、患者にできる限り負担を軽減したいことも大切に、臨機応変な対応を心がけています。



患者にとって憩いの場となるようにアットホームな雰囲気を大切にしています



可児医院

住所 可児郡御嵩町伏見885 P有

電話 0574-67-0506

診療科目 内科 小児科 消化器内科 循環器内科 呼吸器内科

休診日 水曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00		○	○	○	○	○	○	／
16:00~19:00		○	○	／	○	○	／	／



明るい笑顔と挨拶で対応。穏やかな雰囲気に、心が癒されます



梶の木内科医院

住所 可児市川合2340-1 P有

電話 0574-60-3222

診療科目 内科 循環器内科 胃腸内科 呼吸器内科 小児科 アレルギー科

休診日 木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00		○	○	○	○	○	△	／
15:30~19:00		○	○	○	／	○	／	／

△ 8:30~13:00

思いやりのある、きめ細かな診療を心がけます



梶尚志院長

医療連携を重視している可児とうのう病院は、かかりつけ医との関係を深め、より充実した地域医療を提供できるようにしています。

今号は、ともに地域に根付き、皆さんの健康を見守ってきた「可児医院」と「梶の木内科医院」を紹介します。

「体だけではなく、心や家族、暮らし、社会にも心を配る。病ではなく患った人と向き合う姿勢を大切にしたい」。そう話す梶尚志院長は、総合内科専門医・プライマリケア認定医です。赤ちゃんから高齢者まで幅広い年齢の人々の、さまざまな疾患を治療し、地域の保健医療に貢献しています。また、高齢者用のリハビリテーション施設を併設。地域の人々が健康でいられるように、細やかなケアをしています。

■ 外来診療担当表 平成 27 年 2 月 1 日現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	初 診	交替制	交替制	交替制	交替制	交替制
	2 診 (消化器)	渡邊 久倫	清水 達治	印藤 敏彦	清水 達治	印藤 敏彦
					9 診 渡邊 久倫	
	3 診	足立 史郎	岩田 敬和	山田 清康	山田 清康	河村 吉宏
	4 診 (循環器)	横内 一彦	山田 清康	林 尋之	森田 純生	横内 一彦
			林 尋之 13:00~			
	5 診 (呼吸器)		各務 智彦		伊藤 亮太	
	6 診 (神経内科)	土方 靖浩	今井 和憲		小池 春樹	横井 聡
	7 診 (血液) (腎臓)	吉田 均	伊藤 貴彦	吉田 均	西山 誉大	
					浅野 靖之 13:30~	
	8 診 (糖尿病・内分泌)	池庭 誠	石黒 俊明	石黒 俊明		高槻 健介
	専門外来 (予約制)				粕谷 志郎 13:00~	
外科	1 診	瀬古 浩	太田 俊介	瀬古 浩	太田 俊介	児玉 章朗 (血管外科)
	2 診	池山 隆	大森 健治	大森 健治	池山 隆	乳腺外来 10:00~12:00
	3 診	西村 廣大	岸田 喜彦	西村 廣大	山谷 千尋 (呼吸器外科)	岸田 喜彦
	形成外科 (予約制)		高成 啓介 2・4 週 14:00~			
	小児外科 (予約制)		岸田 喜彦 14:00~			
整形外科	1 診	高松 晃	小早川 知範	渡部 達生	北村 暁子	杉浦 洋
	2 診	中野 健二			中野 健二	
	3 診	小林 和克 (背椎)	岩月 克之 (手外科)	幸島 寛	吉岡 裕 (リウマチ)	幸島 寛
	午 後					代 務 (股関節) 4 週 14:00~16:00
泌尿器科	1 診	青木 重之	山田 芳彰	青木 重之	原 浩司	山田 芳彰
	2 診	小林 郁生	原 浩司	全並 賢二		
小児科	1 診	金山 恵子	月館 幸一	月館 幸一	月館 幸一	金山 恵子
	2 診	月館 幸一				月館 幸一
	専門外来 (午後 予約制)	月館 幸一 (慢性疾患)	横井 摂理 2・4 週 (神経)	長谷川 誠一 1 週 (小児循環器) 月館 幸一 (予防接種)	月館 幸一 (慢性疾患)	
耳鼻咽喉科	1 診	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳
	2 診	櫻井 一生			田邊 陽介	
婦人科	1 診	片山 宣	津田 弘之	眞鍋 てるみ	中原 辰夫	片山 宣
皮膚科	1 診					稲葉 由季 9:00~11:30(完全予約制)
脳神経外科	1 診		佐藤 雅基			
眼 科	1 診		清水 裕司	清水 裕司	土井 浩史	清水 裕司
内視鏡 (カメラ)	内 視 鏡 室	清水 達治 印藤 敏彦	清水 裕司 印藤 敏彦 渡邊 久倫	清水 裕司 清水 達治 渡邊 久倫	印藤 敏彦	渡邊 久倫

□ 外来受付時間 ●初診 8:30 ~ 11:30 ●再診 8:30 ~ 12:00 ○休診日 土・日・祝日・年末年始

編集後記
今号の表紙を見て驚かれた方も多いかと思います。特集でも紹介がありますが、人工関節の手術をする場合は最高レベルの清潔度が必要なため、このような術着で行われます。見慣れない医師の姿に、病院職員からも驚きの声がありました。はとぶきでは、皆様が普段知ることができない医療現場の情報をたくさん紹介して行きたいと思っています。