

さんま通信

春

厚生中央病院だより 第53号 2018年



地域連携広報室からのご挨拶

地域連携広報室長 横山 智央

高齢化社会に適応した急性期病院として在宅医療との連携を行い、 地域から頼られる病院を目指します

2017年4月1日から地域連携広報室長となり1年が過ぎました。これまで当部署は「医療連携室」として活動してきましたが、地域との様々な連携活動を行い、その取り組みを院内外の勉強会、学会、ホームページ等を通じて報告するため「地域連携広報室」と名称を変更しました。

当院は急性期の地域中核病院としての役割を担い、今後の超高齢化社会にも対応するため、約10年前から高齢化社会に適応した急性期病院を目指してきました。2015年7月より高齢化医療支援委員会を設置し、①認知症サポートチーム ②緩和・リビングウィルサポートチーム ③嚥下・栄養サポートチーム ④低侵襲手術サポートチーム ⑤骨粗鬆症サポートチーム ⑥皮膚・排泄ケアサポートチームの6チームを構成し、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士・作業療法士等でチームを組み、院内で活動しています。更に、各チームは定期的に院内外との勉強会を通じて高齢化医療の提供体制を整えるとともに、地域とのネットワーク構築を目指しております。これらのチームの活動として、昨年度は3つの大きなイベントを行いました。①がん暮らしフェア（11月3日開催）では、がん患者さんやご家族の暮らしを良くする工夫や製品展示、情報提供などを行い約450名の方が参加。②目黒区主催の在宅療養フェアin目黒（11月23日開催）では、協力団体として当院スタッフが参加し、様々な健康チェックを行い、約300名の方が参加。③地域健康フェスティバル2018（2月18日開催）では、「この街で伸ばそう!!健康寿命」をテーマに、暮らしの基本を支える情報提供や地元企業による医療・福祉機器の展示を行い、約500名の方々に参加して頂きました。

本年度も引き続き、地域の皆様の健康と福祉に貢献し、健康寿命を延ばすためのイベント開催、市民公開講座、栄養教室を地域と連携して行っていきたいと思います。更には、かかりつけ医と施設・在宅にかかわる医療スタッフと連携し、価値観の共有化をはかり、切れ目のない「心の通った温もりを感じる医療」の提供を目指し、地域の皆様に頼られる病院を目指しています。今後も地域の皆様方のご意見・ニーズに沿った病院と地域連携を行っていきたいと思いますので、宜しくご指導の程お願い申し上げます。

目次 contents

地域連携広報室からのご挨拶 …………… 1

最近の人工股関節手術について … 2～3

健康管理センターAnnexを開設しました
地域健康フェスティバル 2018 を開催しました …… 4



目黒で野駈けをしていた殿様が、初めて召しあがる「さんま」にいたく感激。お城で再び食べてみたが、美味しくない。即座に『さんまは目黒に限る!』当院も「目黒のさんま」でありたいとの願いを込めて。

最近の人工股関節手術について

整形外科
人工関節センター 副センター長

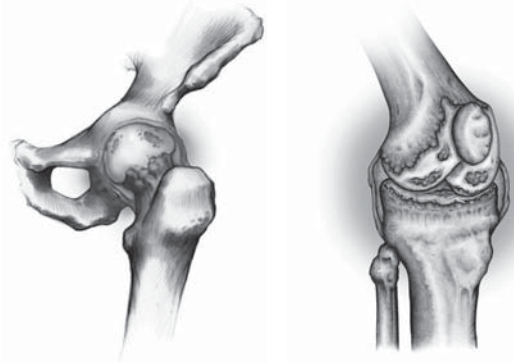
辻 耕二（日本整形外科学会専門医）

変形性股関節症や大腿骨骨頭壊死症、関節リウマチなど、股関節の病気が原因で関節のなかが傷つくと、痛みや歩行障害が出現します。この際、手術以外の方法で症状が改善しないと判断されたとき、人工股関節手術が選択されます。【図1】

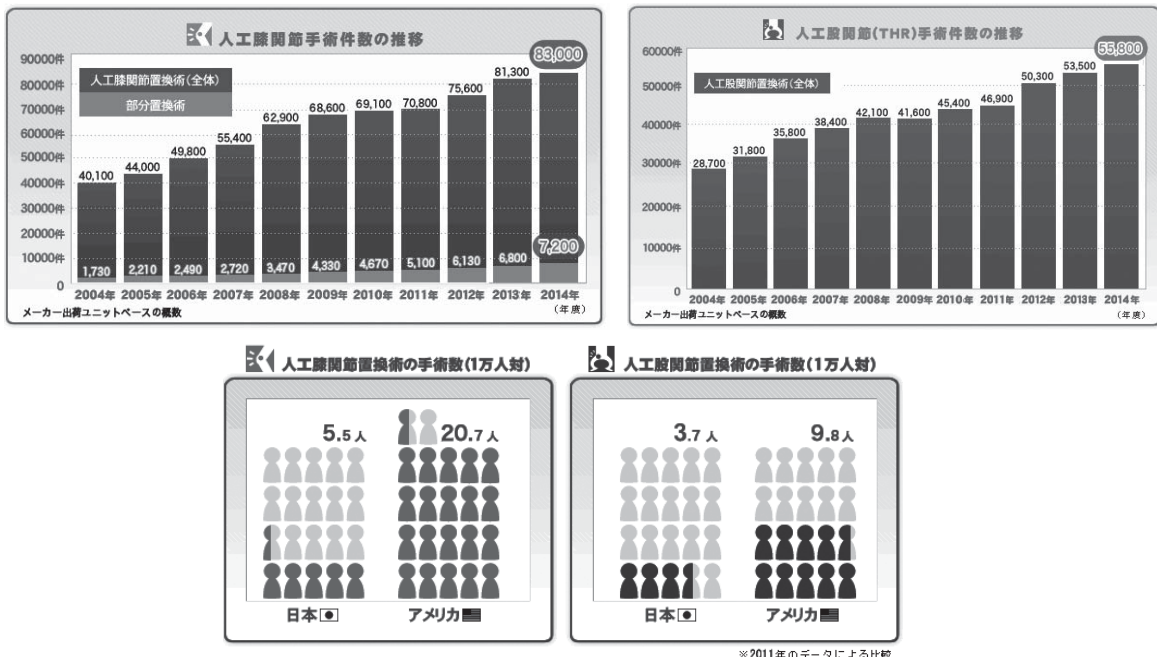
股関節の痛みを我慢し続けると、関節の動きが制限され、筋力が衰え、歩いたり、動いたりすることが難しくなっていきます。関節の変形が軽い時期には、薬物療法（痛み止め）や、運動療法（可動域訓練や筋力増強訓練）、日常生活の見直し（歩行時に杖を使ったりする等）などの保存的治療を続けることで痛みがやわらぐことがあります。しかし、保存治療を行っても症状が改善しない関節痛の場合は、手術を受けることも考えるべきです。人工関節の手術後は、関節の痛みが取れ、滑らかに動くようになります。痛みが楽になると、身体や脚をスムーズに動かせるようになるだけでなく、歩行が安定し、日々の生活において、買い物や家事、自動車の運転、坂道や階段の上り下り、旅行なども痛みを感じることなく、普通に過ごすことができます。

手術を受ける具体的な時期については、個々の患者さんの痛みや変形などの程度や、日常生活でどの程度不自由さが生じているのか、仕事や年齢など様々な要素を考慮しながら、患者さんと話し合いながら決定します。高齢化や人工関節手術の適応年齢の低下に伴い、股関節・膝関節ともに年々症例数が増えています。アメリカなどと比べるとまだその数は少なく、日本では、手術に悩まれている患者さんが多くいると推察します。【図2】

【図1】軟骨が削れ、変形した股関節と膝関節の状態



【図2】年々、人工股・膝関節の手術症例数は増えているが、米国と比較した場合、人口1万人当たりで人工関節手術を受ける患者さんの数は1/3程度（人工関節ライフより抜粋：http://kansetsu-life.com/）



人工股関節は、大腿骨側に埋め込まれ、太ももの土台となる「ステム」、大腿骨の骨頭の役割を果たす「ヘッド」、軟骨の代わりとなる「ライナー」、骨盤側に設置され、ライナーの受け皿となる「カップ」の4つの部品で構成され、これらを適切な場所に設置する手術となります。現在では、皮膚を大きく切る必要もなく、最小侵襲手術（MIS）といわれる、10cm未満の手術創で筋肉を切らない方法で手術を行います。術後の合併症は0ではありませんが、正しく診断が行われ、確かな技量をともなった手術を受けることができれば、術後合併症の発生頻度は非常に低く、1～2%程度と考えられます。【図3】

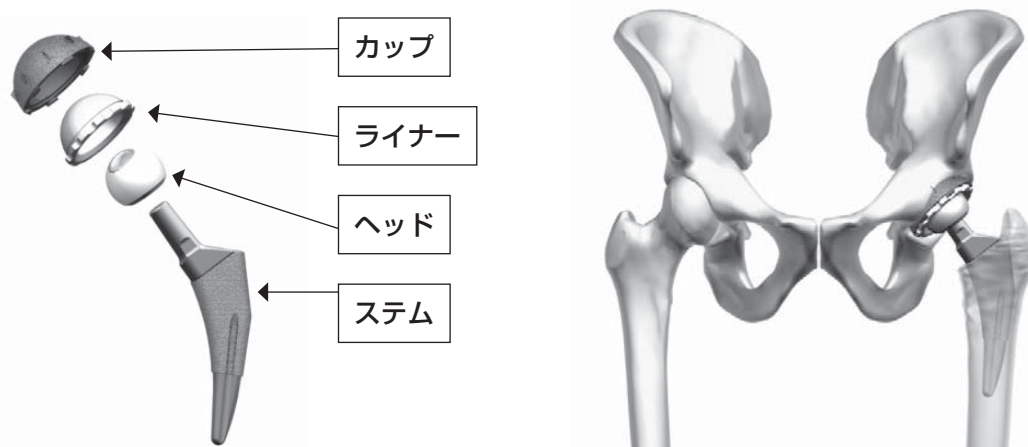
以前は、人工関節の耐用年数が10～15年くらいとされていたため、再置換の可能性を考えると、65歳以上が手術に適切な年齢とされ、人工関節置換術をできるだけ待つという時代がありました。しかし、現在、最新の人工関節は性能が非常に良くなり、耐久性の向上が期待されるとともに、部分置換を含めた再置換手術が確立してきています。このため、年齢だけで手術の適応を判断することは避け、痛み等で困っている患者さんに対しては、人工関節以外に治療方法がなければ、年齢を問わず人工関節手術を検討します。

人工股関節の合併症を防ぎ、長持ちさせるために避けたい運動や動作はありますが、殆ど制限はありません。水泳やウォーキング、ゴルフ、ヨガ、太極拳などは問題ありません。マラソンやエアロビクスといった関節に大きな力のかかるスポーツや、サッカーやバスケットボールのように身体同士がぶつかる激しいスポーツは、人工関節の耐久性や破損を考え、避けるべきだとされています。

また、日本国内では人工関節手術の平均入院期間が1ヶ月程度とされていますが、海外においては術後数日での退院が常識であり、近年は日帰り手術も増えています。早期退院を目指す理由は、術後早期からの離床と歩行が廃用を予防し、深部静脈血栓症などの術後合併症が少なくなるからです。早期リハビリを達成するため、積極的に疼痛や吐き気の管理を行うことで、術後は殆ど痛みを感じることなくリハビリを行う事ができます。様々な対策を行う結果、術翌日から歩行を始め、術後数日から1週間程度で歩行が安定し、痛みがとれて自宅退院を目標にすることができます。

最後に、色々支障が出て困っているのに、がまんし続けていても状況はどんどん悪くなります。痛みによって、歩くことや日々の生活に支障が出てきたら、一人で悩む必要はありません。適切な診断と治療のために厚生中央病院整形外科・人工関節センターを受診してみませんか。

【図3】人工股関節の構造



… 職歴 …

- 1998年 福井医科大学医学部卒業（現 福井大学医学部）
- 2007年 湘南鎌倉人工関節センター勤務開始
最小侵襲手術による人工関節置換術を主とした臨床・研究活動を行う
- 2010年 同センター医長
- 2012年 2年間、米国のフロリダ大学で人工関節関連の基礎研究を行う
- 2017年 9月から厚生中央病院 人工関節センター 副センター長として勤務開始

健康管理センターAnnexを開設しました

予約
受付中

当院では、平成30年1月から別館2階フロアで、新たな人間ドックをスタートしました。

予約専用電話番号 **03-6863-2892** 予約受付時間 **平日13時～16時30分**

新設

レディースドック

(木曜・金曜・第2,4土曜)

1日人間ドック

＋

婦人科検診

乳腺超音波
(マンモエコー)

マンモグラフィ

胃内視鏡

【自己負担金額(税込) 全国土木被保険者の方 27,000円、一般の方 68,040円】

新設

レディースがん検診

(水曜及び木曜の午後)

婦人科検診

＋

マンモグラフィ

＋

乳腺超音波
(マンモエコー)

【自己負担金額(税込) 全国土木被保険者の方 17,280円、一般の方 17,280円】

1日人間ドック

(月曜・火曜・第1,3,5土曜)

※男性専用曜日

1日人間ドック

(水曜)

※女性専用曜日

1日人間ドック

＋

胃内視鏡

【自己負担金額(税込) 全国土木被保険者の方 10,800円、一般の方 51,840円】

※全国土木被保険者の方とは、全国土木建築国民健康保険組合に加入されていて、30歳以上及び年度の末日までに30歳に到達する方です。(年度内に1回の利用に限ります)

地域健康フェスティバル 2018 を開催しました

平成30年2月18日(日)10時30分から、当院において「地域健康フェスティバル2018」を開催しました。(後援：目黒区 共催：目黒区医師会・目黒区歯科医師会・目黒区薬剤師会)

今回は「この街で伸ばそう!! 健康寿命」をテーマに、「食べて健康」「相談して健康」「測って健康」「やって健康」「聴いて健康」など、様々な切り口で「暮らしの基本を支える情報」をお伝えし、多くの地元企業にご協力頂きました。

また、当院の母体組織である全国土木国保組合が主催する「健康レシピ大賞 授賞式」では、服部栄養専門学校校長である服部幸應先生にご臨席頂いたほか、「ピアノコンサート」ではピアニストの藤田真央さんに、素晴らしい音色をお届け頂きました。

沢山の皆様にご来院頂き、有り難うございました。

当院では、今後も地域の皆様、全国土木国保組合被保険者の皆様のお役に立てる情報を発信して参ります。

