



あさのちゃんねる

特 集

「骨が元気なら、人生が輝く！
健康寿命と
骨粗しょう症」

副病院長・医療安全管理部長

徳海 医師 インタビュー

vol.26

2018年 夏号
(年4回発行)

連携登録医のご紹介

丘村クリニック

院長 丘村 誠 先生



海に花火、かき氷♪
夏は楽しみがいっぱい
ですね！

病院の理念

救急から在宅まで、地域の医療を守り支える病院を目指します。

病院の方針

【地域連携】医療・介護・福祉が一体となった切れ目のない医療サービスを提供し、地域医療の充実に努めます。

【救急医療】断らない救急医療を目指します。

【予防医学】健康診断を推進し、病気の予防・早期発見に努めます。

【チーム医療】患者さん中心のチーム医療を実践し、安全で質の高い医療の提供に努めます。

【人材育成】次代の医療を担う信頼される人材の育成に努めます。

骨が元気なら、人生が輝く! 健康寿命と 骨粗しょう症

寝たきり生活の原因にもなる骨粗しょう症や高齢者の骨折。その予防法と治療について、整形外科医である徳海裕史医師にお話しを伺いました。早めの治療で、健康寿命を延ばしましょう。

腰や関節の痛みは放置せず 整形外科で適切な治療を

整形外科とは首から下の範囲で、内臓以外の疾患を診る科です。骨や関節、脊椎など運動器の疾患を扱い、具体的には骨折や脱臼、腰痛、神経痛、関節痛、骨粗しょう症、骨軟部腫瘍など幅広い病気が対象です。日本人の有訴者率(病気やけがなどで自覚症状がある人の割合)を症状別に見ると、男性の1位が腰痛、2位が肩こり、3位が咳・痰がでる。女性の1位が肩こり、2位が腰痛、3位が四肢の関節痛というデータがあり、その多くが整形外科が関わっています。腰や関節などの痛みは、症状があっても「高齢だから、しょうがない」と放置しがちですが、痛みが強かったり、長く続いたりする場合は早めに整形外科を受診してください。思わぬ病気が潜んでいることがあります。例えば、ただの腰痛だと思っていたら、気づかないうちに脊椎を骨折していることもあります。いわゆる「いつのまにか骨折」です。また、がんが骨に転移している場合も痛みが生じます。詳しい検査をして、専門医の治療を受けてください。

高齢女性に多い骨粗しょう症、 リスクがわかる骨密度検査

高齢化が進み、日本人に増え続けている病気が骨粗しょう症です。これは骨がスカスカになり、少しずつもろくなって骨折しやすくなる病気です。骨折は転倒など強い衝撃が原因だと思われがちですが、くしゃみをするだけ



副病院長・医療安全管理部長

とくうみ ゆうじ
徳海 裕史

日本整形外科学会専門医
脊椎脊髄外科指導医

趣味・健康法
スポーツサイクルを楽しむ

診察日
月・水・金曜、第4土曜

で骨が折れてしまう方もいます。特に背骨、太もものつけ根は骨折しやすいので、注意が必要です。

骨粗しょう症は高齢者の中でも閉経した女性がかかりやすい病気です。女性は、閉経を迎える平均年齢である50代になったら骨密度を測り、リスクの有無を把握しておきましょう。当院の骨密度装置「PRODIGY」はX線を用いることで、短時間で正確な測定ができます。身体の方向を変えることなく、背骨と大腿骨の骨密度を測ることができ、身体への負担も抑えられています。検査について、一度お気軽にご相談ください。

日本では骨粗しょう症の患者さんが増加する反面、治療率は約2割とかなり低く、ほとんどの方が放置してしまっています。骨折による身体機能の低下は日常生活の質も低下させるため、放置せずに治療をしてください。治療は薬物療法を主体とし、運動や食事療法を組み合わせる場合もあります。また、予防策としてセルフコントロールも大事です。体重を管理し、やせすぎ、太りすぎに注意しましょう。急激なダイエットは特に骨に良くありません。喫煙や過度な飲酒もできるだけ控えてください。運動機能が低下する口コモティブシンドロームの改善も、骨粗しょう症の防止につながります。



脊椎圧迫骨折の新療法、「バルーン椎体形成術」とは

骨粗しょう症の患者さんに多く見られるのが、背骨がつぶれて変形してしまう脊椎圧迫骨折です。高齢になると腰が曲がり、背丈が縮んでいくのは、背骨が身体の重みを支えきれず、つぶれてしまうからです。少しづつ進行する「いつのまにか骨折」の場合もあれば、一気に骨がつぶれ、激しい痛みを伴う場合もあります。背骨は24個の小さな骨で構成されており、一部分の骨折を放置すれば、次々と背骨が折れてしまいます。治療法は、コルセッ

トで固定する保存的療法と手術による外科的療法があります。当院は外科的療法のひとつであるバルーン椎体形成術を実施できる認定病院です。これは椎体にバルーン状の機器を入れて空間をつくり、そこに骨セメントを充填させて固定する手術です。骨折後の予後が悪いと予想される方を対象にし、比較的早い回復が望めます。しかし、全身麻酔による手術が必要なため、それに伴う一般的なリスクもあります。

当院の整形外科は3名の医師が診察をしています。高齢の患者さんは合併症など内科的疾患を併発しているケースが多いため、内科の医師と連携しながら治療をしています。外科的手術の際は、70歳以上の患者さんすべての心機能を循環器内科の医師がチェックするなど、診療科の枠を超えて治療にあたれる体制は総合病院ならではのメリットだと思います。

痛みとうまくつきあう セルフコントロールも大事

私が当院へ赴任して20年以上が経ちます。以前は金沢大学附属病院で、骨軟部腫瘍の研究をしていました。同院の整形外科は治療成績が良く、私の専門領域であった骨肉腫の治療成績は全国トップクラス。そんな環境で研究や臨床に没頭した経験が今に役立っています。

人生100年時代となった今、皆さんには健康寿命を1日でも長く延ばしてほしいと思います。そのためには整形関連の病気を改善し、自力で身体を動かせる状態を維持することが肝心です。日々の診察で、患者さんには「ご自分の病気とうまくつきあってください」と伝えています。整形関連の病気は手術が必要なケースばかりではありません。自分の病状を理解し、痛い時は無理せず、適切な治療をすれば、うまくつきあっていける場合も多くあります。私たちがそのお手伝いをします。運動器の不調があれば、ぜひご相談ください。

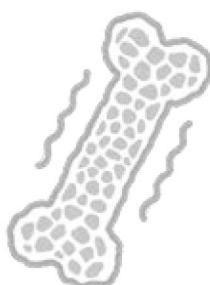


整形外科外来には打撲・捻挫・骨折・脱臼・腰痛・関節痛・肩こり・首の痛み・手や足のしびれや痛み…など様々な症状の方が受診されます。

他にも健康診断や骨折・腰痛をきっかけに、**骨粗鬆症**であることが分かり、整形外科外来へ通院されている患者さんが多くおいでます。



骨粗鬆症について



骨粗鬆症とは骨の量が減って骨がもろくなり、折れやすくなる病気です。

背骨は内部がスponジ状になっており、通常はきめこまやかな状態を保っていますが、骨粗鬆症になるとヘチマのタワシのようにスカスカ力になってしまい、腰が曲がったり、背中が湾曲したり、背中や腰が痛くなります。骨粗鬆症が進行すると、気づかぬうちに背骨が潰れて「いつのまにか骨折」してしまうことがあります。

60歳を過ぎた頃から、背中が曲がった・背が縮んだ・背中や腰が痛いと感じたことはありませんか？それらの症状は単なる加齢によるものではなく、「いつのまにか骨折」かもしれません。その原因が骨粗鬆症です。

骨粗鬆症の検査

✓ レントゲン検査

骨折や変形の有無、骨がスカスカ力になっていないか確認します。

✓ 骨密度検査

骨の強さを判定する検査です。当院では、2015年9月より骨密度測定器がリニューアルされ骨折頻度の高い(椎体、両大腿骨)部位で測定します(DEXA法)。検査は5分寝ているだけで終了します。



GE社 X線骨密度測定装置PRODIGY

✓ 血液・尿検査

骨代謝マーカーを測ることで、骨の新陳代謝の速度を知ることができます。

骨粗鬆症の治療



✓ 食事療法

カルシウムの摂取に心掛けて、さまざまな栄養素をバランス良く摂りましょう。

✓ 運動療法

運動の適度な刺激で骨量を増やす効果が期待できます。

✓ 薬物療法

骨密度の結果や症状によって医師が判断します。骨を作る薬や骨が壊れるのを防ぐ薬があります。飲み薬で効果が期待できない場合は、皮下注射や点滴治療があります。

骨粗鬆症は自覚しづらい病気です。骨粗鬆症はさまざまな生活習慣(環境要因)と、体質(遺伝要因)が関わっていると言われます。介護が必要となる5人に1人は「骨折・転倒」「関節疾患」が原因と報告されています。65歳を過ぎたら骨折の連鎖のリスクが上昇し、寝たきりのきっかけになる可能性があります。骨粗鬆症による骨折は、あなたのこれから的人生を左右する可能性のある病気です。

骨粗鬆症を予防し、骨を健康に保つことは健康寿命を延ばすことにもつながります。骨粗鬆症と診断された方、両親に骨折の既往歴のある方、閉経後の方、男性の方でも骨粗鬆症の方がおいでます。もしかして…と思ったら検査を受けましょう。

受付時間

月～土曜日 8:30～11:00 ※午前のみの診察となっております。

連携登録医のご紹介

今回は、金沢市荒屋町の
『丘村クリニック』をご紹介いたします。

平成8年、丘村クリニックを開院いたしました。
標榜科目は、産科、婦人科、内科ですが、分娩は取り扱わず、婦人科疾患を主として、その他、妊婦健診、がん検診、内科的疾患(高血圧症、糖尿病など)を診ております。

日帰り手術は、初期の人工妊娠中絶手術、流産手術、
そうは子宮内膜搔爬術等です。

子宮筋腫・卵巣腫瘍・子宮がん等の手術を要する症例や難しい症例は浅ノ川総合病院へ紹介しております。入院後・手術後の報告もしっかりとあり、安心して紹介できます。

元々、おっとりした性格のため、ノンビリと焦らずに患者さんを診察し、患者さんの立場になっての優しい診療を心がけております。

今後とも、地域医療の発展のために、連携を深めていきたいと思います。



院長 丘村 誠 先生

丘村クリニック

診療科：産科、婦人科、内科

専門領域：産婦人科一般

略歴：石川県金沢市出身

昭和大学医学部卒業後、金沢医科大学産科婦人科学教室を経て、平成8年金沢市荒屋1丁目に開業。

資格・役職：日本産科婦人科学会専門医
石川県産婦人科医会常任理事

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	/
14:00～18:00	○	○	○	/	○	/	/
14:00～16:00	/	/	/	/	/	○	/

休診日：木曜日午後、日曜日、祝日

住 所：〒920-3124

石川県金沢市荒屋1丁目87番地

電 話：076-258-6116

駐 車 場：あり

アクセス：JR森本駅より徒歩8分(イオン金沢店そば)



クリニック外観



連携登録医とは

地域の医療機関と浅ノ川総合病院の相互連携を一層緊密にし、適切で切れ目のない医療の提携を目指して新たに開始された「連携登録医制度」に登録していただいている医療機関の先生方です。

あさのがわ訪問リハビリ・訪問看護ステーションのご紹介

当ステーションは開設して6年目を迎えます。現在、スタッフは看護師4名、理学療法士5名、作業療法士1名、言語聴覚士1名、事務員1名が在籍しています。

訪問地域は、主に金沢市内、津幡町、内灘町を中心に回っています。看護師・リハビリ療法士が在宅に訪問し、看護ケア・リハビリテーションを行い、自立支援、生活への援助など専門的な視点に立ってサポートしています。

※私たちは、かかりつけ医、ケアマネジャー、相談員、その他サービス関係者との連携を大切に、チームの一員としてご利用者及びそのご家族を支えるよう日々の業務に取り組んでいます



事業所案内

医療法人社団浅ノ川

あさのがわ訪問リハビリ・ 訪問看護ステーション

金沢市小坂町中83番地
浅ノ川総合病院内 東館1階

営業 月曜日～金曜日 午前8:30～午後5:00
土曜日 午前8:30～午後12:30

TEL 076-252-3415



訪問看護とは ➤

病気や障害を持ちながら、住み慣れた地域で、その人らしい生活を送れるようサポートするサービスです。



主な内容

訪問看護

健康管理、排泄管理、清拭・洗髪などのお世話、
医療処置、終末期のケアなど



訪問リハビリ

運動指導、歩行や日常生活動作の練習、言葉や食事のアドバイス、介助方法や住宅改修、福祉用具のアドバイス、趣味や活動支援など



皆さん、お気軽にご相談ください

データで見る 浅ノ川総合病院

昨年度、当院を受診した患者さんの数や、診療行為の実績、診療した疾患の上位などを掲載いたします。

1日平均外来患者数

520.6人

1日あたり外来を受診した患者さんの数です

1日平均入院患者数

432.1人

1日あたり入院された患者さんの数です

救急車搬入数(年間)

1,804件
(1日あたり4.9件)

搬入された救急車の台数です

紹介患者数(年間)

6,474人
(1日あたり17.7人)

他の医療機関から紹介された患者さんの数です

逆紹介患者数(年間)

4,174人
(1日あたり11.4人)

他の医療機関に紹介した患者さんの数です

手術件数(年間)

4,590件
(1日あたり12.6件)

入院手術と外来手術と合わせた件数です

放射線治療患者数(年間)

515人

ガンマナイフ・ノバリスによる放射線治療を行った患者さんの数です

人工透析患者数

176人

人工透析を行なっている患者さんの数です

診療科別主要手術

診療科ごとに件数の多かった手術を表示します

眼科 白内障手術／硝子体茎離断術
增殖性硝子体網膜症手術

内科 内視鏡的大腸ポリープ切除術

外科 腹腔鏡下そけいヘルニア手術
腹腔鏡下胆のう摘出術

泌尿器科 経尿道的尿管ステント留置術
膀胱悪性腫瘍手術

整形外科 骨折観血的手術(大腿)
経皮的椎体形成術

疾患別患者数ランキング

当院を退院した患者さんの数が多い順に並べています



- 1位 白内障
- 2位 脳腫瘍
- 3位 大腸ポリープ
- 4位 脳梗塞
- 5位 誤嚥性肺炎
- 6位 肺炎等
- 7位 てんかん
- 8位 腎臓・尿路の感染症
- 9位 ウイルス性腸炎
- 10位 結腸の悪性腫瘍

(平成29年度実績)



地域の方々に当院についてさらに深く知りたいという意味をこめて、臨床指標などの情報をホームページ上で公開しています。ぜひご覧ください。

行事レポート

「利家とまつ」金沢城 リレーマラソンに参加しました！

平成30年5月13日(日)、金沢城公園において、2018春の陣「利家とまつ」金沢城リレーマラソンが行われました。あいにくの雨でしたが、今年も職員はお揃いの「あさのちゃんTシャツ」等を身にまとい、雨にも負けず風にも負けずタスキをつなげて激走し、チームの絆をさらに深めました。



ご来場ありがとうございました！



「春の健康フェア2018」開催しました。

平成30年5月10日(木)・11日(金)に「春の健康フェア」を当院で開催しました。

体重や身長、骨密度、血糖値などを無料で測定する健康チェックには、多数の方に参加していただき、大好評に終わりました。看護師、管理栄養士による健康相談や栄養指導では、日々の生活習慣や食事などについて、熱心に聞かれる来場者の姿が多く見受けられました。公開健康講座では内科の浅香 裕之先生より糖尿病の講演を行ったほか、歌と体操によるコンサートで会場は盛り上がっていました。



「第10回定位放射線治療セミナー」開催しました。

第10回目となる定位放射線治療セミナーを平成30年6月29日(金)に金沢ニューグランドホテルで開催しました。

石川県内外から多数の参加を賜り、盛況な会となりました。基調講演では、当院の定位放射線外科センター長 光田 幸彦先生より『転移性脳腫瘍に対する定位照射と痙攣発作のコントロール』について、また当院の泌尿器科部長 喜久山 明先生より『前立腺癌に対するIG/IMRTの治療経験』について講演しました。特別講演では、『がん治療における定位放射線治療の役割』と題して、愛知医科大学 放射線医学講座教授 森 美雅先生がご講演されました。講演会終了後には情報交換会が開催され、参加者同士親睦を深めました。

今後も様々なイベントを通じて地域の皆様と交流し、「地域から選ばれる温もりのある病院」を目指していきます。

お知らせ

✿ お盆休みのお知らせ

平成30年8月15日(水)、16日(木)はお盆休みにつき、外来診療を休診いたします。
(救急の場合は救急外来で対応します)

✿ 「病院祭2018」を開催します。

平成30年10月13日(土)10:00～14:00 浅ノ川総合病院 本館1階

✿ 「がんサロンせせらぎ」いつでも自由にご利用いただけます。

東館1階 がん相談支援センター 9:00～17:00(土曜は12:30まで、第2土曜、日・祝休み) お気軽にお越しください。

問い合わせ先

広報誌に関する質問・投稿・ご意見などは広報室へお願ひいたします。
TEL:076-252-2101(代) URL:<http://www.asanogawa-gh.or.jp/>
メールアドレス:kouhou-1204@asanogawa-gh.or.jp

