

回生 ニュース

K a i s e i N e w s



社会医療法人 峰和会

69号

2013.3月発行

発行/社会医療法人 峰和会
編集/鈴鹿回生病院
所在地/鈴鹿市国府町112番地1
TEL / 059-375-1212
FAX / 059-375-1717
URL / http://www.kaiseihp.com
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「整形外科パート⑤股関節疾患」
- 2 あなたの街のお医者さん
「松尾内科クリニック」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院専門外来担当医師一覧表
- 4 交通案内(三重交通バス・シャトルバス時刻表)
鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院附属クリニック専門外来担当医師一覧表
- 5 健康コーナー「医食動源」
・家庭介護シリーズ ~認知症について...PART3~
・あっさり青椒肉絲(チンジャオロースー)
- 6 回生.com
「感染予防対策について」
- 7 Information

ほっと smile 他

第5回入賞作品
河盛 進一さん

第6回 桜 フォトコンテスト開催!

毎年ご好評いただいております桜フォトコンテストも、今回6回目を迎えます。皆様のご応募お待ちしております。

応募方法

・申込み用紙に必要事項をご記入の上、作品と併せて応募箱へ入れていただくか、当院広報委員会宛へ郵送してください。

応募箱設置場所

・クリニック受付・小児科プレイルーム・クリニック処置室・病院総合受付

その他

・写真はA4サイズで印刷してください。縦、横どちらでも結構です。
・作品には必ず回生病院敷地内の桜を入れてください。

受付期間

3/25(月)~4/10(水)まで

※開花時期により期間は変更になる場合があります。

選考方法

作品は附属クリニック多目的室に掲示し、患者さんと審査員の投票結果にて選考します。

※ご応募いただいた作品は返却いたしませんので予めご了承ください。

第5回入賞作品



整形外科パート⑤

股関節疾患

Orthopedic surgery



今号でパート⑤となる整形外科シリーズ。
今回は股関節疾患についてお送りします。

今回は、股関節疾患の中でも最も多い変形性股関節症についてお話します。

■ 変形性股関節症とは

股関節の形の異常が原因となり、長い時間をかけて股関節の形が変形していく病気です。変形は老化によっても起こりますが、ほとんどが先天性股関節脱臼や先天性臼蓋形成不全によるものです。関節のクッションとしての役割を担い滑りをよくしている軟骨が磨耗して、骨が破壊もしくは増殖を起こしたために起こる病気です。発症すると、加齢とともに徐々に悪化し、しかも、いったん変形した股関節を発症以前の状態に戻すことはできません。そのため、病状の悪化をできる限り遅らせることが治療の目的になります。

■ 発症の原因

変形性股関節症の原因は、大きく次の2つに分類されます。

◆1次性

明らかな原因がなくて関節がこわれてくるもの。欧米では、この1次性が大半を占めます。日本人は小柄な方が多いのに比べて、欧米人は大柄な方が多いために起きやすいようです。

◆2次性

何らかの病気やケガが原因でおこってきます。日本では、この2次性が大半を占め、先天性股関節脱臼と臼蓋形成不全によるものが約90%、圧倒的に女性に多いという特徴があります。

■ 先天性股関節脱臼とは

生まれつき股関節が脱臼している、子宮内での異常姿勢、遺伝的素因などが考え

られています。最近は、発生率が減少しています。

■ 臼蓋形成不全とは

臼蓋（股関節の屋根の部分）の不完全な発育により大腿骨頭への被りが浅い状態で、先天性股関節脱臼に起因するものと、成長期に臼蓋の発育が正常に進まない後天的なものがあります。中年以降に痛みが出て、はじめて臼蓋形成不全と診断される場合もあります。

■ 病気の進行

変形性股関節症は、進行に伴い徐々に正常な歩行ができない状態が目立ち、関節の動きが制限されるという特徴があります。痛みは人によって違いますが、主に足の付け根（鼠径部）や膝に感じます。

■ 治療法

膝であれば、ヒアルロン酸注射がありますが、股関節には注射はありません。具体的な治療法には、保存療法と関節温存手術と人工置換手術の三つがあります。

◆保存療法

薬の服用、筋力強化訓練、体重のコントロール、はきものの調整、杖の使用、安静をはかる。

◆関節温存手術（自骨手術）

骨盤側の手術・・・寛骨臼回転骨きり術
大腿骨側の手術・・・内反骨きり術、外反骨きり術

◆人工置換手術

人工股関節置換術、股関節固定術など。



宮崎 晋一 医師

- ◆出身大学／三重大学医学部
- ◆専門分野／股関節外科
- ◆資格認定
・日本整形外科学会専門医

■ 予防

股関節に負担のかからない生活を心がける。具体的には洋式の生活です。布団よりベッド。ちゃぶ台よりも、椅子とテーブルの生活が股関節に負担がかかりにくいとされています。

■ 大切なこと

おかしいな?と思ったら、整形外科にかかりましょう。股関節のレントゲンをみるだけで、かなりの情報を得ることができるので、早い時期に見せていただくことが大切です。



連携医療機関紹介

松尾内科クリニック



▲ 院長の松尾幹雄先生

大学では肝炎ウイルスを研究

松尾内科クリニックは、近鉄平田町駅ほど近くにあります。

院長の松尾幹雄先生は、昭和50年（1975年）に三重県立大学医学部（現在の三重大学）をご卒業後、厚生連中央総合病院（現在の松阪中央総合病院）にて研修をご経験され、第一内科に入局。中勢総合病院（現在の鈴鹿中央総合病院）上野総合市民病院（現在の伊賀市立上野総合市民病院）などの医療機関で研鑽を積まれました。勤務医時代は肝臓の病気の診療に携わり、大学病院時代には肝炎ウイルスの研究をされていたという先生。B型肝炎ウイルスがオーストラリア抗原といわれていた頃から関わっておられたのだとか。発見者である「ブランバーグ博士（※）」が来日された時の講演には、大変感銘を受けられたのだそうです。

※ブランバーグ博士

バルーク・サミュエル・ブランバーグ
1976年に「感染症の原因と感染拡大についての新しいメカニズムの発見。」により、ノーベル生理学・医学賞を受賞した。B型肝炎ウイルスを発見し、後にその診断法とワクチンを開発した。

昭和61年に開業された院内は、今年で27年目を迎えるとは思えないほど清潔に保たれています。当時はまだ少なかったお年寄りに優しい小上がりの畳コーナーは今でも健在です。



開業当初の思い出

「開業当初は、患者さんは少なかったですね。あの頃は若かったですから昼休みを利用して頻繁に往診にいきました。はじめの5年から10年くらいは特に多かったですね」と当時を振り返って懐かしそうに話される先生。そんな医師である父の背中を見て育ったご息子は、現在、鈴鹿回生病院で腎臓内科医として活躍されています。

「私自身、医師という職業につき、若い頃はその重さも気にせず勢いで過ごすことができました。しかし年と共にその重責に心が折れそうになったり、へこむ事も多くなりました。これからは、息子に助けてもらうことも増えそうです」と目を細める先生。現在、先生を筆頭に薬剤師である奥様、看護師3名、事務4名の9人体制で診療を行っております。

患者さんへのメッセージ

～町医者をおある程度信頼していただき、何でも相談でき、ご自身とフィーリングが合うかかりつけ医を持つことをおすすめします。波長が合う関係が一番いいのです。また、当院は禁煙治療が保険適用となる前から治療を行っておりますので、禁煙の手助けを始めた診療所としては一番古く、実績があると自負しております。禁煙でお悩みの方は

DATA

TEL 059-378-8600

住所

鈴鹿市平田新町2-2

診療科目

●内科 ●胃腸科 ●循環器科
●呼吸器科

診療時間

午前／9時00分～12時30分

午後／3時00分～6時30分

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	×
午後	○	○	○	×	○	×	×

休診日

木曜・土曜午後、日曜、祝日



是非お越しください。

開院以来、26年間にわたって地域医療を行ってまいりました。診療方針は「患者さんの話をよく聞くように努力すること」を目標にしております。患者さんにとって適切で、しかもご本人の要望にそった診療を心がけています。必要に応じて鈴鹿回生病院さんをはじめ、鈴鹿中央総合病院、県立総合医療センターなどの医療機関に早い段階で紹介させていただきます。～

今後も、地域医療に根ざしたかかりつけ医として、ご活躍されることでしょう。

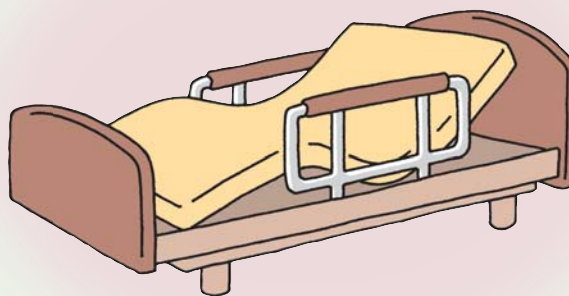


趣味で撮影されたツリガネニンジン



リハビリテーション課
作業療法士
鈴木 江美

認知症では記憶障害や妄想・うつ・徘徊などの症状だけでなく、さまざまな身体症状も認められます。このため住環境の整備も大切です。具体的には手すりの設置や段差の解消、洋式トイレやベッドの導入です。これらは介護保険を利用することで取り入れやすくなります。



Point 生活しやすい住環境は認知症患者さんの負担軽減と同時に、介護者の負担も軽減します!

発信@
栄養管理室

管理栄養士
村上 清香



●牛肉

牛肉は豚肉・鶏肉と比べると、鉄が多く含まれており、貧血にも有効とされています。また、たんぱく質の素になる「アミノ酸」のうち体内で作り出すことのできない「必須アミノ酸」が多く含まれています。ただし、良質のたんぱく質と同時に脂質が多く含まれており、動脈硬化症の原因となるコレステロールも多く含まれているため、食べ過ぎには注意が必要です。

●中華料理もこうしてヘルシーに
本来ならば材料を素揚げするところを省略し、調味料に「酢」を利用することであっさりとし上げることができます。また、春野菜であるセロリ・たけのこを使用し、季節感を味わえます。

中華料理＝油っぽいというイメージがありますが、野菜がたっぷり取れるメニューも多いです。工夫次第でカロリーダウンできますので、是非試してみてください。

牛 ピックアップ食材
肉

あっさり
青椒肉絲 チンジャオロースー

【材料】4人分

牛モモ	300g
たけのこ	120g
セロリ	半株
赤・黄ピーマン	各1個
トマト	1個
大根	10cm程度のもの
おろし生姜	小さじ2
おろしニンニク	小さじ2
ごま油	小さじ2
黒酢	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ2
オイスターソース	小さじ2
砂糖	大さじ1
片栗粉	小さじ1強

栄養成分1人分

エネルギー	210kcal
たんぱく質	17.4g
脂質	10.6g
塩分	0.9g

さっぱりとした中華はいかがですか?



- ①牛肉は千切りにしておく
- ②たけのこ、ピーマンは千切り、セロリも筋をとり、千切りにしておく
- ③大根・トマトはすりおろして水気をきっておく
- ④ボウルにAを入れ合わせ調味料を作っておく
- ⑤熱したフライパンにごま油、おろし生姜、ニンニクを入れ、きつね色になるまで炒める
- ⑥牛肉→たけのこ→赤・黄ピーマン→セロリの順に炒める
- ⑦④をいれ、水溶き片栗粉を入れて完成
- ⑧大根・トマトおろしを盛り付ける

※写真用でセロリが薄切りになっています。トマトは固体のまま盛り付けてもOKです

※酸味を楽しみたい場合はAの合わせ調味料の酢を後入れにしてください

※彩りのために赤・黄ピーマンを使用していますが、普通のピーマンでもかまいません

感染管理認定看護師とは、何を行う看護師なのかご存知でない方が多いと思います。私の仕事は、患者さん、患者さんのご家族、医療従事者、病院に関わる人達が細菌やウイルスに感染しないように対策を考え指導していく仕事です。院内では、感染症の発生を監視することや感染対策に関する相談・指導を行っております。

今号では、当院で活躍している「感染管理認定看護師」から皆さんが普段から実行可能な感染対策についてお送りします。

感染予防対策

昨年 11 月ごろから、感染性胃腸炎が全国的に大流行しテレビ、新聞等で毎日のように病院での感染ニュースが流れていました。ノロウイルスは、1～3 月にも小さな流行を起こすことがあります。昨年 12 月中旬からはインフルエンザウイルスも流行してきています。



感染管理認定看護師
横田 和美

ノロウイルス、インフルエンザウイルス等に感染しないために日頃からの感染対策が必要です。

自宅でできる感染予防対策



- 外出後は手洗い、うがいをしましょう。
- 食事を作る前、食事を食べる前、トイレに行った後は手洗いをしましょう。
- インフルエンザウイルス、ノロウイルスが流行している時には人混み、繁華街へ出かける時には、マスクを着用しましょう。
- 調理器具（まな板、包丁など）はしっかり洗剤を使って洗浄し、その後消毒し清潔にしましょう。（消毒は、熱湯 85 度以上 1 分間加熱あるいは、市販のキッチンを消毒できる商品でも良いです）
- 二枚貝などは、中心部までしっかり加熱調理しましょう。
- 十分な休養とバランスのとれた食事をとりましょう。
- 部屋を適度な湿度を保つ（50～60%）
 （加湿器を自宅で使用する場合には、毎日加湿器の洗えるところは洗浄して一度しっかり乾燥させてから、新しい水を入れて使用しましょう）
- 掃除をする際には、人がよく触るドアノブやテーブルなどはしっかり拭き取りましょう。

咳エチケットにご協力ください!!



咳エチケットとは。。。

病原体の移動手段のひとつには、咳やくしゃみがあります。1 回の咳やくしゃみで、約 1～2m はしぶきが飛ぶと言われます。このしぶきの中に病原体が含まれているので、周りの人やご家族の方に病原体を付着させないためのエチケットです。

- 咳やくしゃみがある時はマスクを着用しましょう。
- 咳やくしゃみをするときは、周囲の人にしぶきがつかないようにティッシュや手で口と鼻を覆いましょう。
- 咳やくしゃみを抑えた手は、手洗いをしましょう。
- 咳やくしゃみをするときに使ったティッシュは、すぐにゴミ箱へ捨て、捨てた後は手を洗いましょう。

いしそつう
医志蘇通 C O I U M N

ご意見にお答えします。

Q 身体障害者用駐車場の件ですが、私は見舞いのため、6 回ほど来院しています。そのうち 2 回しか駐車場が使えません。もっと身体障害者用駐車場の使用をきっちりといただきたく思います。例えば、手帳の提示等です。よろしく願いいたします。

A ご不便をおかけいたしまして申し訳ございません。身障者駐車場はさまざまな患者さんにご利用いただいております。難しい問題もごございますが、ご意見を参考に検討させていただきます。

◆◆ お褒めの言葉をいただきました ◆◆

感謝の気持ちでいっぱいです。病棟の看護師さん、手術室の看護師さん、本当に親切にお話ししていただきました。ありがとうございました。食事もういつも美味しくいただきました。

A お褒めのお言葉をいただき、有難うございます。今後も患者さんが快適に入院生活を送っていただけるように職員一同努めて参ります。

海外の医療関係者を招いて 施設視察が行われました！！

1月10日、東ヨーロッパに位置するモルドバ共和国の保健大臣をはじめとする政府関係者、医療関係者25名が当院の視察に来院されました。今回の視察は国際協力機構（JICA）が同国への医療支援事業の一環として日本の医療技術や施設を紹介する目的の中で当院が視察場所の一つとして選ばれた事がきっかけで実現いたしました。当日は、金丸副院長の講演を初め、アンギオ装置、3T MRI装置、内視鏡装置、手術室等の当院の最新設備の視察が行われ、視察団の皆さんは興味深く熱心に病院担当者に質問をされていました。



▲医療設備の説明をする田中院長と保健大臣アンドウレイ ウサトウイ氏



▲金丸副院長による講演の様子

ほっと smile



昨年当院で股関節の手術を受けた矢地さん・杉村さん・村田さんをご紹介します。矢地さんは知人の紹介で骨切術を行い、退院後3ヶ月で娘さんと海外旅行へ行けるまでに回復されました。村田さんは東京スカイツリーに旅行、いろいろな事にチャレンジしていきたいと意欲的でした。また杉村さんは手術前後のリハビリが充実していて良かったと、得意のロールケーキを作ってくださいました。

矢地さんは知人の紹介で骨切術を行い、退院後3ヶ月で娘さんと海外旅行へ行けるまでに回復されました。村田さんは東京スカイツリーに旅行、いろいろな事にチャレンジしていきたいと意欲的でした。また杉村さんは手術前後のリハビリが充実していて良かったと、得意のロールケーキを作ってくださいました。

鈴鹿市脳卒中市民講座を開催します

今年は「私達の脳卒中に対する取り組み」をテーマとして当院、金丸憲司副院長を初め5名の脳卒中専門医により脳卒中に関する話題をわかりやすく講演いたします。どなたでも参加自由となっておりますので、ぜひご参加ください。

日時 平成25年4月20日（土）午後1時～
場所 鈴鹿市文化会館 けやきホール

入場無料

健康セミナー行いました。

2月2日（土）開催の健康セミナーでは、アルコールと健康、よりよい睡眠のために、また運動講話と実技、各測定コーナーで大盛況でした。皆さんのまたのご参加をお待ちしております。



三重外科集談会にて 優秀演題賞一等受賞

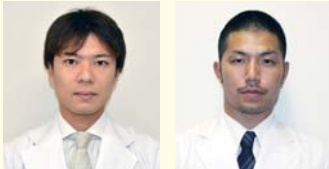
第278回 第279回



須藤医師 北上医師

新任 Dr

整形外科



佐野 友彦 (さのともひこ) 武田 真輔 (たけだ しんすけ)

かいせいきっず info

今回はだるまです！！



編集後記

今回は「整形外科パート⑤股関節疾患」を中心に、医療連携紹介などをお送りいたしました。皆さんから本誌へのご意見・ご感想・ご要望等がございましたら、広報委員会までお寄せください。



病院のボランティアの方々に毎週美しく生けていただいております。（病院玄関）

開設の理念

病院の方針

生命への奉仕

- ▶ 地域の基幹病院として医療と健康の増進に貢献します
- ▶ 個人の尊厳を守ります
- ▶ チーム医療を推進し医療の質を向上させます
- ▶ より安全で高度な医療を提供します
- ▶ 働きやすく健全な病院運営に努めます

鈴鹿回生病院 広報委員会

〒513-8505 三重県鈴鹿市国府町112番地1

TEL059-375-1212 mailinfo@kaiseihp.com