

副島整形外科だより

開業 123 年、これからもみなさまの健康と地域の活性に貢献します

35号

2016年春版



トピックス

- ・新職員紹介 … 2
- ・マラソン大会出場 … 3
- ・看護の日開催のお知らせ … 4,5
- ・医師コラム … 6
- ・副島の給食 … 7
- ・地域連携だより … 8



今月の写真：整肢会に新職員が加わりまして
ご指導よろしくお願い致します

新職員紹介

看護部



私は4月1日よりクリニック外来に勤務となった山崎忠寿です。仕事と勉強を両立し、少しでも早くみなさんのお役に立てるよう、頑張っていきたいと思います。 山崎

リハビリ
テーション科



こんにちは！理学療法士として採用となりました中尾綾です。分らないことだらけですが、少しでも患者の皆様への役に立てる様に一生懸命頑張りたいと思います。 中尾

伊藤 康志
整形外科/医師



初めまして。伊藤康志と申します。佐賀大学整形外科へ入局して2年目になります。未だ専門領域はありませんが、地域の方々の助けになれるよう頑張っていきます。宜しくお願い致します。

リハビリ
テーション科



4月から病院のリハビリテーション科に配属となりました。まだまだ未熟ですが、元気に笑顔で業務に取り組んでいきます。皆さんに頼って頂けるようなセラピストになることが目標です。よろしくお祈りします。 林

医療サービ
ス課



早くも入社して半年が過ぎました。日々学ぶことばかりですが、沢山吸収していこうと思えます。また、毎日明るく笑顔で過ごすことを心掛けて頑張ります。 田中

看護部



医療関係については未経験で、知識も技術ありませんが、これから勉強して早く一人前になれるよう努力します。皆様、ご指導の程よろしくお祈り致します。 前田

リハビリ
テーション科



私の育った武雄に根ざした医療を展開している当会で働かせて頂くことに、大変幸せを感じております。当会職員、そして患者の皆様への何が出来るか考え、自分の役割を精一杯果たしていきたいと思えます。 志波

栄養科



4月から栄養科に勤める事になりました。患者の皆様へ元気になっていただけるようなおいしい食事を提供したいと思えます。よろしくお祈りします。 坂本

看護部



はじめまして。4月より入社しました石永花歩です。看護学校に通学しながらの勤務は大変だと思いますが、いつも笑顔で、当会の理念である人間愛を忘れず、一生懸命頑張ります。 石永

リハビリ
テーション科



昨年クリニック外来でリハビリ助手をしていましたが、今年度から理学療法士になって整肢会に戻ってることが嬉しく思っています。患者の皆様へ頼られるPTになれるよう、明るく元気に頑張ります。 川口

整肢会本部



縁あって当会に紹介していただき感謝します。これまでの経験を活かし、整肢会職員の皆さんが仕事をしやすい環境をサポートしていきたいと思えます。 馬場

マラソン大会出場

2016年4月17日(日) 10時開始



参加メンバー約10人分のお昼は梅村Dr.お手製



パークのシンボル、ツヴィンガー宮殿を走る



『有田ポーセリンパークのんのこの郷リレーマラソン2016』が、有田町のポーセリンパークにて開催されました。この大会は42,195kmを、4〜10名のチームでタスキリレーするマラソンです。副島整形外科では年に3回ほど、公募のマラソン大会に出場し、職員間の交流を深めると共に体力作りに努めています。今回は、4月から一緒に働き始めた新職員や、マラソン大会未経験の職員が数人加わり「副島マラソン部」はこれまでにないフレッシュなチームとなりました。新メンバーにとって初めてのコースは、前日の雨で一



部芝がぬかるみ、当日は風も強く良いコンディションとはいえず、制限の4時間以内に走り切れるか不安でしたが、皆で3時間52分かけて完走コースの最後に整肢会の横断幕を広げゴールした瞬間は、メンバーの心が一つになったように感じました。熊本地震発生直後の開催であったため、平常心で臨むことの難しい大会でしたが、どのメンバーも怪我することなく無事大会を終えることができたことは幸いです。今回のチームプレーを、職場である医療の現場でも生かしていきたいと思えた1日でした。

副島 看護の日

開催・5月9日(月)、10日(火)
 場所・副島整形外科クリニック
 【午前の部】10時～12時30分
 【午後の部】14時～17時

測定指導
 診断、全て
無料

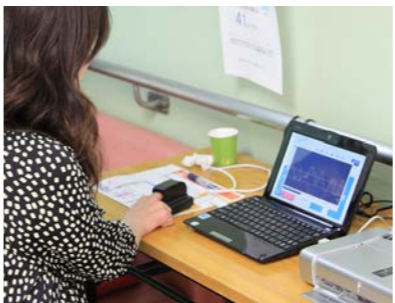
5月12日は「看護の日」です。
 12日をはさんだ週を看護週間として、
 国際的にも様々なイベントが行われています。
 副島整形外科では毎年2日間開催し、
 身体測定や栄養指導を実施しています。
 健康診断をかねて、ぜひ足をお運び下さい。



血圧測定
 高血圧は、動脈硬化に伴って起こる脳卒中や心臓病の重要な危険因子となりますが、生活習慣を見直すことで改善が期待できます。



体脂肪・筋肉量測定
 部位別筋肉バランス、骨格筋量、体脂肪、内臓脂肪レベル、適正体重などが短時間で測定できます。



血管年齢測定
 あなたの血管がどれくらい硬くなっているかを、簡易的に調べます。測定により脳卒中や心臓病などにかかるリスクがどの程度か分かります。



リハビリ指導
 各測定終了後の結果をもとに、リハビリに関する指導やアドバイスをさせていただきます。健康指導も行いますので、ご相談下さい。



骨密度測定
 超音波により、かかと部の骨密度を測ります。ホルモンバランスの変化にともない、骨粗鬆症を起しやすいため、特に女性には、特に好評です。



栄養指導
 各測定終了後の結果をもとに、一日の食品摂取目安量の指標を確認しながら分かりやすく指導致します。栄養に関するご相談にも対応します。



アロマハンドトリートメント・カッサマッサージ
 リンパの流れを良くし、むくみ解消や新陳代謝を促す効果も期待できます。男性も女性もきつと癒されます。

いぶき村のパン、クッキー野菜の販売
 いぶき村は就労支援として、パンやクッキーを手作りし、販売まで行っています。新鮮な野菜も準備しています。おいしいですので一度ご賞味下さい。



5月12日はナイチンゲール生誕の日
ナイチンゲールの功績
 イギリス人のフローレンス・ナイチンゲールは、人を助けたいという強い思いから看護を学びます。クリミア戦争で負傷した兵士の看護に赴き、手当のかたわら病院内を視察して回り、不衛生な環境の改善を訴えます。院内の衛生環境が整うと兵士の死亡率が低下し、その功績が称えられます。その後も熱心に執筆や教育に取り組み、生涯にわたり看護の分野に貢献しました。



看護部長 水田より一言

例年、平日にも関わらず沢山の方が参加されています。イベントでは、健康ポディーチェックができる機器を準備しておりますので、一度ご自身の健康増進の為に利用されてはいかがでしょうか。また、いぶき村(障害福祉サービス事業所)より手作りパンやクッキー、採れたて野菜の販売なども開催予定です。スタッフ一同、心よりお待ちしております。

忘れられない看護エピソード
 「看護の日」は、看護やケアの心を育むきっかけにしたいという市民団体の活動により1990年に制定されました。看護をしたりされたりする中で、様々な出来事や感動思いが生まれます。これを共有するイベントとして、厚生労働省と日本看護協会は、看護職、一般の方からエピソードを募集しています。応募作品はMeoサイトやアプリでも閲覧できます。「忘れられない看護エピソード」で検索してみましょう。

ハーブティーあります
 測定や指導の合間に、一息ついて頂けるよう、デトックス効果のあるハーブティーを用意しています。





副島整形外科
リレーコラム

当院に治療に来られる患者の方に
見られる症状や治療法について、
各部署の専門職員が解説します。

◎症例 変形性股関節症

◎執筆者
医師 副島義久
分野：整形外科



変形性股関節症とは

変形性股関節症は、クッションの役割をする軟骨がすり減り、痛みや変形が生じる疾患で、股関節症例では最も多く見られます。症例数で見ると女性の割合が高く、ほとんどが特発性と言って、原因のはっきりしない疾患です。老化による磨耗や、肥満により軟骨に圧力がかかることが、発症の主な要因であると考えられています。

治療法

初期なら保存的治療で経過を診ることもあります。例えば減量により症状の進行を抑えられそうだと判断した場合、現在肥満治療として推進されている5%を目標に体重を落とす治療計画を立てます。

中には痛みがあっても日常生活に大きな問題はないと言う患者さんもおられます。その場合は、関節痛の軽減を目的とした股関節周囲の筋力トレーニングと並行して、消炎剤の投与やヒアルロン酸の注射等の治療により、症状をコントロールします。

また、日頃からできるだけ股関節に負担をかけないような生活することも重要です。減った軟骨を増やすのは難しいわけですから、今ある軟骨をこれ以上減らさないことが、症状の悪化を防ぎ、健康寿命を伸ばすポイントとなるでしょう。生活が不自由で根治を目指すなら、人工股関節の手術も選択肢にあげられます。

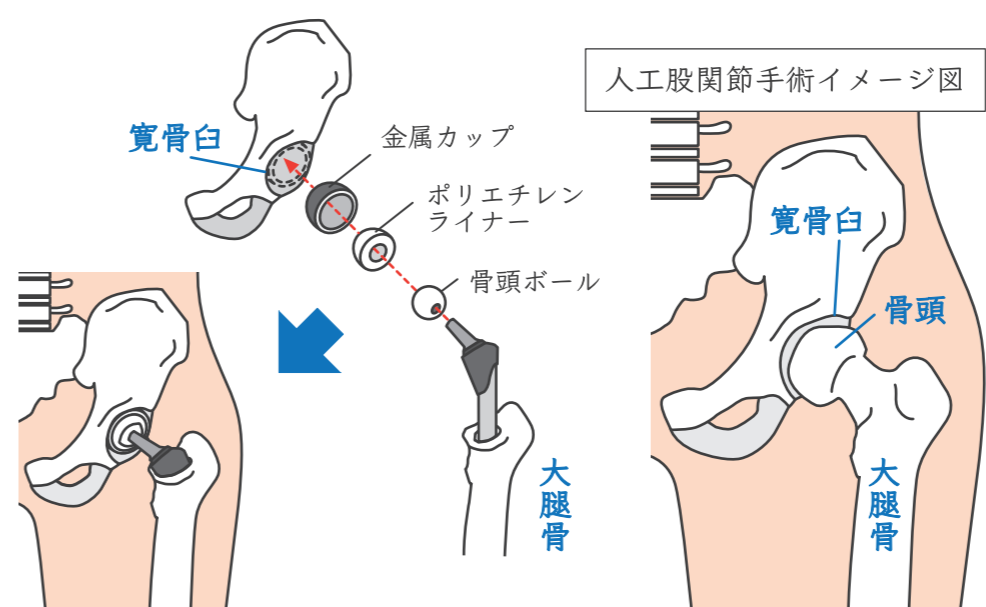
手術の適応について

症状が軽くても、痛くて歩けず生活が成り立たない、という方もいれば、変形が大きくても、支障を感じない、という方もおられ、手術をすべきかどうかは患者さんにより異なります。手術を検討する際は、保存療法を継続した場合と、手術を受けた場合の、それぞれに期待できる状態結果やメリット、デメリット等をお伝えします。結果どちらを選ぶか、いつ手術をするかは患者さんご自身が決定することとなります。旅行に出かけるなど活発に暮らしたいということであれば、手術により早期に症状を改善することもできますし、日常生活ができるならそれで良いとのことなら、しばらくは上手に付き合っていく治療を提案します。

人工股関節の構造

人工股関節の関節に相当する部分は、寛骨臼（かんこつきゅう）側に入れる金属のカップと、大腿骨側の骨頭ボールで成り立ち、その間には関節の軟骨に相当するポリエチレンのライナーを装着します。このポリエチレンは、骨頭ボールとこすれ合うことで徐々に摩耗しますが、以前に比べ耐久性が上がっています。ま

人工股関節手術イメージ図



た、摩耗する際に破片、摩耗粉（まもうぶん）を、人間の体が異物と認識し攻撃するため、骨を溶解してしまうのですが、改良によりこのリスクも低減しています。

まとめ
股関節症例の数だけ、付き合い方があります。どのような症状に不自由を感じておられるかご相談下さい。目標に応じた治療方法を提案します。

副島の給食

私たちの体は食べたものでできています。献立毎に一皿増やすのは大変なので、ご自宅ではまず食材を一つ増やし、多品目を目指してみませんか？

2016*冬～春編



かわいく並んだお内裏様とお雛様のお菓子はドーナツと万頭、糖尿病の方用はりんごと苺で作られています。



ひし餅は、この季節白い雪がとけて、大地に新緑が芽生え、桃の花が咲くという由来にちなみ、病院でも3色でお寿司に仕上げました。天ぷらはウドに筍、採りたてのほろ苦いふきのとう、春の味です。

3月11日(昼) 防災の日



東日本大震災を防災の日とし、病院に備蓄している非常食で防災について考えて頂きました。

2月14日(昼) バレンタインデー



バレンタインにチョコレートケーキを焼きました。糖尿病をお持ちの患者さんには低糖タイプを。

3月21日(昼) 春のお彼岸



春のお彼岸は自然に感謝する日、菜の花を添えて。

1月1日(朝) お正月



入院中でもお正月の雰囲気味わって頂きました。

『平成28年熊本地震』により 被災された皆様に 心からお見舞い申し上げます

被災地においては、1日も早い復旧をお祈り致します

第7回佐賀医療連携研究会開催のお知らせ

日時：平成28年8月22日(月)18時45時～ 場所：武雄センターホテル

この度、医療法人整肢会では第7回佐賀医療連携研究会を右記にて開催予定としております。講演内容については調整中です。講演終了後には医療・福祉機関の皆様との意見交換会を予定しております。この会が地域医療・介護連携の活性化に関するコミュニケーションの場になればと思います。関係者の皆様には改めてご案内状をお送りしますので、ぜひご参加下さい。
【佐賀医療連携研究会に関する問い合わせ】

副島整形外科病院 地域連携室 直通電話：0954・20・0385

地域連携室メンバー紹介

日頃より皆様方には大変お世話になっております。副島整形外科クリニックで地域連携業務を担当しています。これまで地域の医療機関・介護福祉施設からの受診相談や、個々の患者さんの介護相談等に対応してまいりました。今後も各施設との連絡・調整・情報共有により、充実した連携を提供してまいります。

引き続きよろしくお願致します。

副島整形外科クリニック 地域連携室

社会福祉士(MSW) 原 太一郎



室長連絡帳

本年度は診療報酬改定の年です。厚生労働省が示した概要によると、今回の改定の基本的考え方は、「地域で暮らす国民を中心とした、質が高く効率的な医療を実現」することです。この内、最初に挙げられている視点は、「“地域包括ケアシステム”の推進と、“病床の機能分化・連携”を含む医療機能の分化・強化・連携を一層進めること」と示されています。この改定で、地域連携がより具体的レベルで評価されるようになります。当院で治療を受けられた患者さんや家族の方々が、安心・納得して退院できるよう、情報交換や勉強会の充実をはかり、地域の医療・介護・福祉機関とのより一層の連携強化に邁進致します。 地域連携室室長 吉原 康弘



≡ 特定医療法人 整肢会 ≡



副島整形外科病院

佐賀県武雄市武雄町大字富岡 7641 番地 1
☎ 0954-20-0388 FAX:0954-20-0377



副島整形外科クリニック

佐賀県武雄市武雄町大字富岡 7724 番地 1
☎ 0954-22-2155 FAX:0954-23-4275

編集後記

本年度より広報誌を担当することになりました。誌面を通して整肢会の魅力を伝えていきたいと思っております。広報委員長 辻

副島整形外科は新職員を迎え、広報誌担当も顔ぶれが変わりました。より楽しい誌面を目指して行きます。広報副委員長 谷川