

けあき

医療の原点は思いやり

2024
SEPTEMBER

27
vol.



特集

- 1 歩く喜びを取り戻す ～^{ひざ}膝関節の痛みと治療について～
- 2 患者さんや職員の安全を守るために

歩く喜びを取り戻す ～^{ひざ}膝関節の痛みと治療について～



整形外科手術風景

膝の痛みと言っても症状や原因は様々です。痛みの部位や腫れの有無など症状はそれぞれ違います。痛みを改善させるためには適切な診察や検査（X線検査、MRIや関節液検査など）を行い、痛みの原因を明らかにし、それに合った治療を行うことが大切です。膝の痛みの原因として頻度が高い疾患の一つに「変形性膝関節症」があります。高齢化の進んだ我が国での患者数は約3,000万人にも及ぶと推定されています。

変形性膝関節症とは？

加齢、肥満、O脚、重労働や外傷などによって、膝の関節軟骨が徐々にすり減り、関節が変形する病気です。歩行や階段昇降時の痛み（特に内側）、炎症を起こすと水が溜まって膝が腫れる、関節の動きが制限され膝が十分に伸びない、曲げられないなどの症状がみられ、進行すると歩行も困難になっていきます。

変形性膝関節症の診断

診断はこれらの症状の有無とX線検査（レントゲン撮影）で行います。必要に応じてMRIなどの検査を追加します。炎症所見が強い場合は関節穿刺による関節液検査や血液検査を行い、関節リウマチや感染症の合併の有無を確認することもあります。変形性膝関節症の症状が疑われる場合はきちんと医療機関を受診し、疾患や病状の進行度について医師に判断してもらいましょう。

変形性膝関節症の治療

治療には薬物療法、運動療法、手術療法があり、これらを病態に応じて選択します。

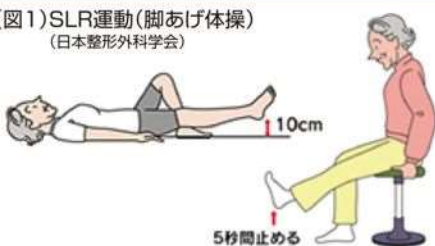
症状や進行度が軽度から中等度までの場合、まずは薬物療法や運動療法などの保存的治療を行います。

薬物療法には、消炎鎮痛薬の内服や湿布・軟膏などの外用薬、ヒアルロン酸の関節内注射などがあります。運動療法には膝周りの筋力、特に大腿四頭筋の筋力訓練(図1)と膝の曲げ伸ばしを行う可動域訓練があり、これらを日常生活に取り入れて継続します。また、肥満が原因となっている場合に

は適切な減量による体重管理が極めて重要です。上記の運動療法や減量は変形性膝関節症の重症度に関わらず、非常に有効な治療です。

これらの保存的治療を3～6か月程度実施しても効果が見られず、進行期から末期の変形性膝関節症の場合が手術療法を検討する目安となります。手術療法は、病態に合わせて主に3つの術式(①関節鏡視下手術、②高位脛骨骨切り術、③人工膝関節置換術)が行われています。

(図1)SLR運動(脚あげ体操)
(日本整形外科学会)



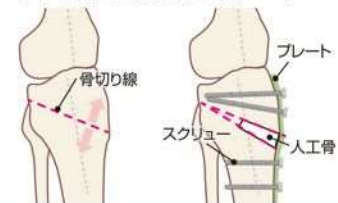
①関節鏡視下手術

痛みの原因がすり減った軟骨や半月板損傷が主となる場合に行います。1cm程度の小さい皮切から関節用の内視鏡を用いて、損傷した半月板を切除・縫合したり、すり減った軟骨の再生を促すための処置を行います。関節鏡視下手術を単独で行っても除痛効果はあまり大きくないため、最近では下記の高位脛骨骨切り術と併せて実施することが多いです。

②高位脛骨骨切り術

膝内側の痛みが主体で、骨質がしっかりしている場合(40歳～60歳代)に高位脛骨骨切り術を選択する場合があります。膝の内反変形(O脚)のために内側に偏った過大なストレスを、自分の骨を切り、少し角度を変えることにより、比較的きれいな軟骨の存在する外側に移動させる手術です(図2)。患者さんの膝が温存できますので、スポーツや農業その他の重労働へ復帰を目指す患者さんに好まれます。

(図2)高位脛骨骨切り術(HTO)



③人工膝関節置換術

膝の変形が強くなり、動きの制限がでている高齢の方や関節リウマチの患者さんには人工膝関節置換術を行います。高齢者の増加や人工関節の改良により国内では現在、年間8万件以上も行われるようになりました。

手術では変形した関節の表面の骨を一部切除し、金属(コバルト、クロム、チタンなどの合金)とプラスチック(ポリエチレン)とで作られた人工関節で覆う手術です(図3)。個人差はありますが、手術後は痛みの軽減や歩行が楽になるなどの症状改善が比較的早期に見込めます。

(図3)人工関節



いずれの手術を行った場合も、術後リハビリテーションを中断してしまうと可動域や筋力の低下が残り、せっかく手術をしたにも関わらず十分な治療効果が得られなくなりますので、当院では近隣の病院やクリニックと連携しつつ、術後もリハビリテーションを継続できるようサポートいたします。



整形外科部長

猿川 潤一郎

患者さんや職員の安全を守るために ～当院の医療安全活動～



医療安全推進室メンバー

患者さんが安心して医療が受けられるように、そして院内で働く医療スタッフが質の高い医療を提供できるように活動を行っています。患者さんに思わぬ被害を与えてしまった、医療スタッフが医療行為中に怪我をしてしまったなど、医療にかかわる場所で、医療の全過程において発生するすべての人身事故が医療安全の守備範囲です。

人は誰でも間違えます。ついいうっかり、思い込みなど人間心理から逃れることはできません。ミスがあった場合、一人の個人責任にしてはいつまでも繰り返されることになります。組織で対応して間違いが起きないシステム作りが必要です。

最初の一步は患者さんに害をもたらす危険性の高い環境や状況を特定することから始まります。このために医療スタッフからのヒヤリハット報告[※]、電話連絡、面談、死亡事例検討会、患者相談に寄せられる患者さんからの報告などの多くの情報を収集します。そしてなぜこの事例は起こったのかを考えます。それらのリスクを防止、制御するために、マニュアルの整備・見直し、新たな機械・備品の購入などの措置を講じます。

しかし、いくら様々な対応策を策定しても、ミスを減らすこと

はできても失くすことはできません。安全な医療とは、できる限り健康被害を最小限にすることです。この目的を見失うことなく、失敗を将来の医療安全管理の向上に生かし、常に改善を続けることが医療安全活動です。当院はヒヤリハット報告数の多いことを自慢としています。常に失敗を生かそうとする医療スタッフの医療安全活動への熱意の高さと思われるからです。

※医療事故には至らなかったものの、患者や職員に危険が及ぶ可能性があり、「ヒヤリ」としたり、「ハッ」としたりする出来事を報告し、共有します。

医療安全推進室

医療安全推進室室長は副病院長と兼務で医師1名、医療安全管理者は専従看護師2名で構成されています。これに薬剤師、臨床工学技士、臨床検査技師、診療放射線技師、理学療法士、看護師長、管理栄養士、事務職員などいろいろな職種が加わり、毎週1回集まって、事例分析、対策立案、院内ラウンド、研修会の企画・運営を行っています。

患者誤認防止のために

患者確認① <PDA認証で確認>

当院では、患者間違いを防止するためにPDA認証(機械認証)を実施しています。
点滴・採血・内服薬など患者間違いが起りやすい業務では、ネームバンドのバーコードでの認証実施を行っています。

ネームバンドのバーコードを認証



患者確認② <2つ以上の情報で確認>

すべての行為でバーコードによる認証は実施できないため、患者確認を行う際に患者さんには「生年月日と名前をフルネーム」で名乗ってもらうようお願いしています。患者確認は必ず、2つ以上の情報で確認しています。名前を名乗ることができない患者さんの場合は、ネームバンドで職員が確認を行います。ご家族が付き添っている場合は、ご家族にお名前を名乗っていただく場合があります。外来受診でネームバンドがない場合は、「外来基本伝票」や「診察券」など本人と確認できる物で認証を行っています。

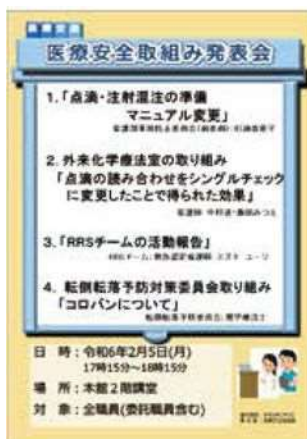
名前確認ポスター



医療安全取り組み発表会の開催

各部署から、業務で発生したヒヤリハット事例について医療安全推進室で分析し、「事例を通して改善したこと」や「対策をとって上手くいったこと」など、間違いが起きないための業務内容の改善を検討し、年度末に発表を行っています。

検討内容や改善策を発表することで、各部署への参考にもなり、情報共有することで業務の統一化も実践できます。そして病院全体で患者や医療者にとって、安心で安全な治療の提供と働きやすい職場環境を目指しています。



取り組み発表会ポスター



副病院長
医療安全推進室室長

えん どう あきら
遠藤 彰

帯状疱疹と 帯状疱疹ワクチンについて



診察風景

帯状疱疹は水ぼうそうのウイルスが原因で起こります。水ぼうそうが治った後も90%以上の人で体内にウイルスが潜伏し、80歳までに約3人に1人が発症します。痛みを伴う帯状の赤い発疹と水ぶくれが出現します。発疹が治まると痛みも治まることが多いのですが、治療が遅れたり重症の場合では強い痛みが残ることがあります。目や耳に発症すると視力や聴力の低下、手や足に発症すると運動麻痺や筋肉の萎縮などの後遺症が残ることもあります。

抗ウイルス薬を発症早期から使用することが重症化を防ぐためにも重要です。痛みや違和感が発疹よりも早く現れることも多く、痛みがある箇所には赤い小さな発疹が現れたら、ほぼ帯状疱疹で間違いありませんのでお近くの皮膚科を受診してください。

強い痛みが2～3週間続く場合には、ペインクリニックなど痛み専門の医療機関を受診することをお勧めします。一般的な鎮痛薬に加えて、漢方薬や麻酔薬を注射する神経ブロックなどの治療法があります。

50歳以上の方は予防接種により発症や後遺症を予防することができます。予防接種には生ワクチンと不活化ワクチンがありますが、予防効果や接種回数、費用などが異なります。接種を希望される方は、当院のペインクリニック外来にお気軽にお問い合わせ下さい。

	不活化ワクチン	生ワクチン
接種回数	2回	1回
費用 ※当院の場合	44,000円(2回分)	7,830円
発症の予防効果	90%以上	50%程度
神経痛の予防効果	90%程度	60～70%
予防効果の持続時間	10年程度	5年程度
副反応	注射部の発赤 疲労感・頭痛	注射部の発赤 発熱・発疹



やまぐち まさかず
麻酔科 部長 山口 昌一

所属学会

麻酔科学会専門医・指導医
麻酔科標榜医
日本ペインクリニック学会専門医

院内日記

磐田市立総合病院ニュース

やさしい健康教室『下肢静脈瘤 深部静脈血栓症』を開催しました！

2024年7月16日(火)のやさしい健康教室は、「下肢静脈瘤 深部静脈血栓症」をテーマに血管外科 齊藤貴明医師が講演し、42名と大変多くの皆様にご参加いただきました。

身体の血管の種類、病気の程度による治療方法の違い、命に影響がある病気かどうかについてわかりやすく解説がありました。

参加者からは、「知りたいことをわかりやすく説明してくれて、とても良かった」「お話がゆっくりで聞き取りやすかった」「資料に説明があってわかりやすかった」などの意見が寄せられ、充実した内容の教室になりました。

次回は2025年1月21日(火)腎臓内科 松山貴司医師による健康教室を予定しています。参加は無料ですのでお気軽にご参加ください。



お祝い膳試食会を開催しました！

当院ではご出産を終えたお母さまたちに、お祝い膳をお出しています。

今回、お祝い膳のリニューアルを目指し、事業管理者、病院長、産婦人科医師、助産師らが参加し、新メニューの試食を行いました。

ハンバーグやパイシチューなど栄養管理室の皆さんの努力とレベルの高さを感じました。

味付けや量、盛り付けなどについて寄せられた意見をもとに改善をし、お母さまたちに喜んでもらえるよう準備をすすめています。「心もお腹も満たされるお祝い膳」を目指しています。



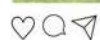
iwatagram

職員の特技や趣味を紹介します



すずき 鈴木 管理栄養士

趣味は音楽を聴きながら走ることです。今の目標はハーフマラソンで自己ベストを更新することです！



#ランニング #キツイけど楽しい #日焼け止め必須
#皇居ランしてみたい #JSB3



総量 (180gあたり)

エネルギー 247kcal たんぱく質 8.4g

脂質 2.0g 食塩相当量 1.6g

カルシウム 317mg

材料(約5膳分)

・米 2合
・鮭の中骨水煮缶 1缶 (150g)
・舞茸 100g
・生姜 1/2片 (20g)

調味料
・醤油 大さじ2
・酒 大さじ1
・顆粒和風だし 小さじ1



当院管理栄養士



骨太! 鮭と舞茸の炊き込みご飯

作り方

- ① 米は洗米後、30分以上浸漬した後、ザルにあげておく。
- ② 炊飯器に米と調味料、ほぐした舞茸、せん切りした生姜、鮭の中骨を汁ごと入れて水位線まで水を入れ、炊飯する。
- ③ 炊きあがったら軽くかき混ぜ、茶碗に盛り付けてネギ(分量外)を散らして完成。

骨まで食べられる鮭の中骨缶詰は一缶で約1500mgとカルシウムが豊富です。

また、舞茸はカルシウムの吸収を促すビタミンDの含有量がきのこ類の中でもトップクラス(しめじの約10倍)。一緒に取り入れることで、不足しがちなカルシウムを効率良く摂取しましょう。



臓器移植普及推進月間 グリーンライトアップ開催

毎年10月を「臓器移植普及推進月間」として、移植医療の一層の定着、推進を図るため、全国で広く移植医療の現状を周知するとともに、移植医療に対する理解と協力のための普及啓発を行っています。

当院でも推進月間のイベントの一環として、正面玄関前の看板を移植医療のシンボルカラーの緑色にライトアップする予定です。お近くに来られた際は、是非ご覧ください。

開催日10月1日～10月31日(18:00～翌6:00頃)

昨年の様子はこちらからご覧になれます。▶



磐田市立総合病院

〒438-8550 静岡県磐田市大久保512番地3

TEL:0538-38-5000 FAX:0538-38-5050

<https://www.hospital.iwata.shizuoka.jp>



過去の「けやき」
はこちら



インスタグラム
はこちら



フェイスブック
はこちら