

窓から宍道湖を臨み、広がる青空。

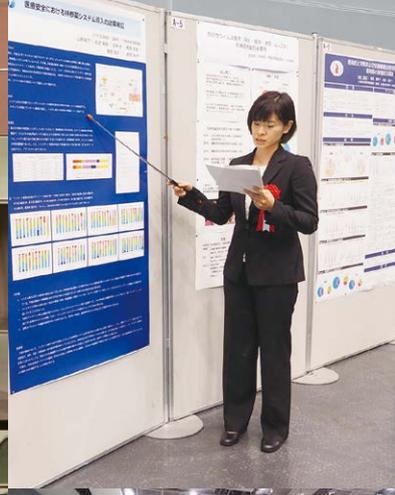
緑に恵まれた玉湯の丘で期待に応える病院を目指します。

No. 51
2018年 春号

JCHO玉造病院広報誌

たまつくり

Now ナウ



日本医療マネジメント学会 第16回島根支部学術集会

CONTENTS

最新医療レポート	2・3
コツコツ通信	4
アメリカ訪問記／ランランRUN!	5
INFORMATION	6

人工関節手術件数 10,247件 (2月28日現在)

理念

私たちは心温まる医療を実践します。

基本方針

1. 患者さんの立場に立った安心・安全な医療を行います。
2. 医療人として責任を自覚し、高度で良質な医療を行います。
3. 整形外科とリハビリテーションの基幹病院として、患者さんの身体機能の回復・維持、生活の質の改善を支援します。
4. 地域の医療・介護・福祉機関と連携し、地域に根ざした医療の充実に努めます。
5. 人材育成を進め、働きがいのある病院づくりに努めます。



Japan Community Health care Organization JCHO / ジェイコー
独立行政法人地域医療機能推進機構

玉造病院

人工関節置換術 ↳ 股関節編 ↳ 筋肉を切らない



整形外科 医長
吉田 昇平

以前の医療レポート⑯にて最小侵襲手術（以下MIS）膝関節編について紹介させていただきました。今回、その股関節編で人工股関節全置換術について紹介させていただきます。MISとは、できるだけ組織を傷つけず、低侵襲で手術を施行する方法で、医療技術の進歩と共に近年国内外で広がりを見せております。当院においても約10年前より取り入れております。

人工股関節全置換術は臼蓋側にカップ、大腿骨側にステムと言われるインプラントを設置し、ステム先端に新たな骨頭ボールを取り付け、カップ内で特殊なポリエチレンライナーと摺動面を形成する仕組みとなっております（図1）。手術適応と

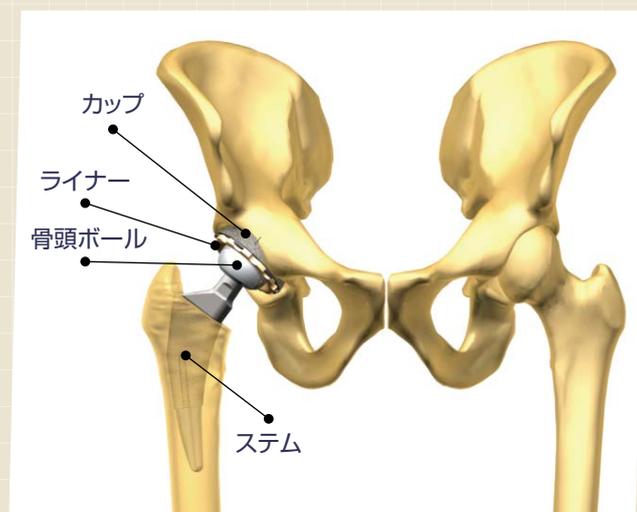


図1：人工関節のしくみ

して、変形性股関節症、関節リウマチあるいは大腿骨頭壊死等にて、病期が進行し保存治療では改善が見込めない場合に施行する手術方法で、痛みを大きく和らげることが期待できる優れた治療法です。世界的に1960年代、本邦では1970年代から徐々に施行されるようになりました。当院では1973年に初の人工股関節手術を施行しており、早期より人工関節治療を取り入れてきた病院の一つであり、昨年（2017年8月）通算 10000 例に到達致しました。当時の人工関節手術において、術後の弛みが大きな合併症でしたが、近年インプラント材料の改善、改良等により、弛みの問題は殆どなく、術後15年経過でおよそ 95% の患者さんが問題なく過ごせる手術となっております。

手術方法にアプローチ（股関節までの侵入）法の違いがあります。一般的に股関節前方、外側、そして後方からアプローチしていきますが、当院で

は主に、前方及び外側からの方法を選択しています。MISは皮膚切開を小さく（図2）、筋肉、腱などの軟部組織を極力温存する方法であり、より美容的メリットがある事と術後早期からの筋力回復および日常生活動作、リハビリテーションの向上が望めます。そして重要な事はインプラントの正確な設置となります。当院では側臥位で手術を施行する場合、ナビゲーションを併用します。また、仰臥位で手術をする場合、術中透視（レントゲン）を併用でき、正確なカップ設置が可能となっております（図3）。

近年患者立脚型の手術評価が行われるようになってきました。手術を受けた患者さんにアンケート調査を行って、満足度を評価するものです。元々人工股関節術後は満足度が高く8~9割の患者さんから高い満足度評価を頂いております。このMIS手技を取り入れる事により、更なる満足度の向上を目指し日々診療を行っております。

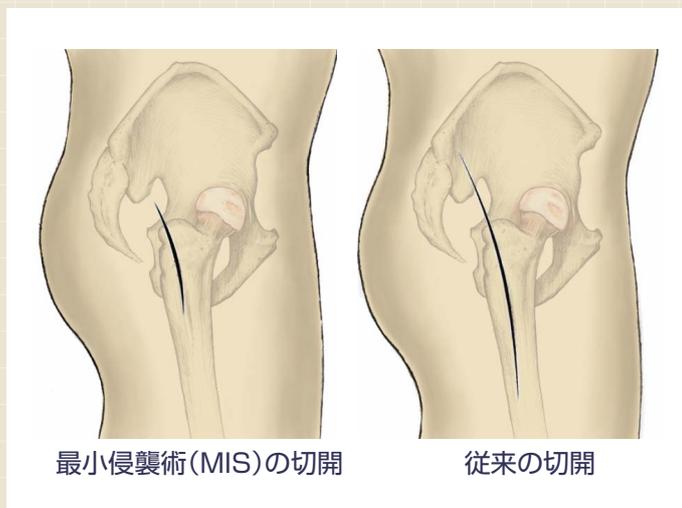


図 2：従来と最小侵襲手術(MIS)による傷(切開)



図 3：術中透視（レントゲン）を併用

コツコツ通信

骨粗しょう症を 予防するための3原則 part.2

放射線室（骨粗鬆症マネージャー） 須田 学

骨粗しょう症ってご存知ですか？

骨粗しょう症は、骨がスカスカ(骨量減少)になって骨折しやすくなる病気です。そのため、若い頃から貯金ならぬ「貯骨」をしておきましょう。また、中高年の方も『骨粗しょう症を予防する3原則』に十分注意すれば、骨量が減少するスピードを抑えることができます。

『骨粗しょう症を予防するための3原則』を正しく理解し、骨折をしない健やかな生活を送っていただきたいと考えています。

体内のカルシウムについて

体内に含まれるカルシウムの内、99%は骨に含まれています。残りの1%は、血液の中に含まれ心臓や脳の働きをコントロールする重要な役割をはたしています。

カルシウムが不足すると、血液中のカルシウムの濃度を維持するために、骨からカルシウムが溶け出してしまうので骨粗しょう症の原因となります。



骨粗しょう症を予防するための3原則



予防と治療には、この3つに気をつけて生活することが大切です

② 食事:栄養バランスのとれた食生活を

骨の健康にかかわる栄養素は多く、バランスのとれた食事を心がけることが骨粗しょう症予防の基本となります。中でも骨の材料となるカルシウムは欠かせません。日本人はあらゆる世代でカルシウムが不足しています。特に高齢者では、カルシウムの消化・吸収能力が弱まっていますので、吸収率の高い乳製品をはじめ、毎日今より100~200mg多めにカルシウムをとるよう心がけましょう。

◎カルシウム食事摂取基準(推奨量)の目安

年齢	12~14歳	15~17歳	18~29歳	30~49歳	50~69歳	70歳以上
男性	1000 mg/日	800 mg/日	800 mg/日	650 mg/日	700 mg/日	700 mg/日
女性	800 mg/日	650 mg/日	650 mg/日	650 mg/日	650 mg/日	650 mg/日

厚生労働省：日本人の食事摂取基準2015年版より

カルシウムを多く含む主な食品の目安

乳製品

プロセスチーズ(2枚)252mg



牛乳(1杯)220mg



ヨーグルト(1/2カップ)120mg



大豆製品

木綿豆腐(1/2丁)180mg



厚揚げ(1/2個)180mg



凍り豆腐(1個)132mg



小魚・海藻類

ひじき(1鉢)140mg



さくらエビ(大きじ2杯)120mg



イワシ丸干し(1尾)114mg



野菜

小松菜(1鉢)105mg



チンゲンサイ(1鉢)84mg



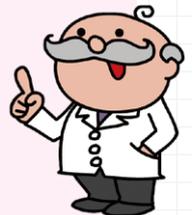
切り干し大根(1鉢)54mg



資料：五訂日本食品成分表

カルシウムサプリメントと健康リスク

カルシウム薬やカルシウムサプリメントの過剰摂取により、心筋梗塞をはじめとした心血管疾患のリスクが高まる可能性があるという報告があります。ただし、同じ量のカルシウムを食事から摂取した場合には、そのようなリスクの上昇は認められていません。現状では、サプリメント・カルシウム薬は、1回に500mg以上摂取しないよう注意する必要があるといわれています。



整形外科外来待合廊下に

骨粗しょう症にならないための コツコツレシピスタンドを設置中!

骨の健康に欠かせないカルシウムを多く含んだ「豆腐」、「魚貝」、「乳製品」、「野菜」、「海藻」などの食材を使った12種類のかんたん料理レシピカードをご用意しました。このレシピカードは、それぞれの季節の食材を使った料理に定期的に更新していきますので、ご自由にお持ち帰りいただき、日々の食生活にお役立て下さい。



さあ、あなたも骨密度チェック!

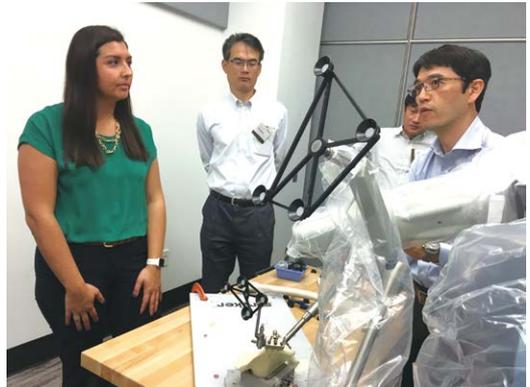
「骨粗しょう症が気になる」「骨密度検査を受けて自分の骨の状態を知りたい」という方は、お気軽に主治医、看護師にご相談下さい。



アメリカ訪問記

統括診療部長 川合 準

2017年9月10日～14日に、アメリカ合衆国ニュージャージー州マーワーにあるHome Stryker Centerに、人工股関節に関する会議と見学に行き参りました。マーワーはニューヨークのJFK空港から車で約1時間のところにあります。現在世界で使用されている人工関節は、一部を除きほとんどアメリカで作られており、現地では最先端の技術を見ることができます。今回最も印象に残ったのは、ロボットによる手術支援です。手術の際、術前計画に基づいて正しい位置に人工関節を設置することが極めて重要ですが、術者の経験や感覚だけを頼りにするには限界があります。そこで現在様々な工夫が行われており、コンピューターを用いた三次元術前計画、術中に人工関節の設置位置を確認できるナビゲーション手術等が普及しています。しかし、最終的に人工関節を設置するのは、今のところ人の手です。この部分をロボットに任せて、より精度を高めて術前計画を再現しようというものです。車の運転で例えると、カーナビで道を誘導してもらうだけでなく、自動運転で目的地まで連れて行ってもらうようなものです。まだ始まったばかりですが、ロボットに手術をしてもらうことが当たり前となる時代が、近い将来現実になると予想されます。今後の発展に期待したいところです。



ランランRUN!

東3階病棟 看護師 濱中 美希

元々運動をすることが好きで高校生までは運動部に入学していましたが、専門学校進学後、運動をする機会が一気に減っていました。玉造病院に入職し、先輩にマラソン大会と一緒に出ないかと誘われたのがきっかけでマラソンを始めました。長距離は辛いイメージがありましたが、いざ走ってみると日頃のストレスをバツと解放してくれるような爽快感を味わうことができました。それからはマラソンが私の気分転換になっています。大会で走っている時は、車で何度も通った事がある道でも初めて通る道のように新鮮に感じられます。途中苦しくて諦めたくなることもありますが、沿道からの温かな声援が励みとなり最後まで完走することができました。

看護師は身体が資本といいますが、マラソンで不規則勤務をこなせる体力と精神力を養うことができていると思います。最後まで諦めず走りきるといのは、よりよい看護を追求していくことに通じるものがあります。今は大会には年に1回出る程度ですが、もっとチャレンジしていきたいです。



第16回島根支部学術集会を開催しました。

総務企画課 滝上 潤

去る2017年9月9日(土)に当院が幹事病院となり、第16回島根支部学術集会を島根県松江市くびきメッセで開催いたしました。

テーマは「みんなで取り組む医療安全」～対話がつながる医療への信頼～とし、病院内部の守りの要であり、医療の質の向上のための必要条件でもある医療安全を取り上げました。

特別講演として医療安全を専門とされている、上尾中央総合病院院長補佐の長谷川剛先生に、これまでの医療安全の考えとは異なる視点から見た新しい医療安全の考え方について講演いただくと共に、当地域医療機能推進機構の顧問弁護士である仁邦法律事務所所長の桑原博道先生には法律家の立場から医療事故調査制度への実務的な対応についてお話を頂きました。

また、県下の多彩な分野からシンポジストの方にご参加頂き、医療安全に対する取り組みについて、参加の各病院からは様々な分野からのポスター演題を頂き、熱心な討論となり大変有意義な学会を開催することができました。



JCHO地域医療総合医学学会にて尾身理事長と



〈チームメンバー〉
南喜代美(看護師長)、難波弘子(看護師)、白根美倫(看護師)

第3回JCHO地域医療総合医学学会において最優秀賞いただきました！

手術室 看護師長 南 喜代美

私たち玉造病院手術室看護研究チームは、第3回JCHO地域医療総合医学学会において最優秀賞をいただきました。

沢山の発表の中から最優秀賞に選ばれたことに、大変驚くと同時に光栄に思いました。

本発表は手術看護の基本である体位に着目し、腹臥位(うつ伏せ)脊椎手術での頭部支持枕の高さを、どうすれば患者さんに負担がかからないかをチームの協力を得て研究しました。

現在は、その研究成果が手術を受けられる患者さんへの安全なケアの提供につながっています。

また、既に次の検証への取り組みも始まっており、今回の受賞を受けてその意欲は益々高まっています。

今後も、患者さんへの安全なケアの提供のため、日々頑張っていきたいと思っております。



長く厳しい冬がようやく終わり、待ちに待った春がやってきましたね。みなさんは、お彼岸に食べるぼたもちとおはぎの違いをご存じでしょうか。
ぼたもちは漢字で「牡丹餅」と書き、春の彼岸の頃に咲く牡丹の花にちなんで付けられた名です。一方で、おはぎは漢字で「御萩」と書き、秋の彼岸の頃に咲く萩の花が咲き乱れるさまに似ていることから付いた名だそうです。作る季節で呼びわける地域や、大きさや材料で呼び分ける地域もあるようです。いずれにせよ、季節の趣を汲んだ、雅な由来をもつ日本の伝統食であることには変わりありませんね。

ホームページから
たまつくりNOWがダウンロードできます。
<http://tamahosp.jp>

■編集・発行責任者 院長/池田 登
■広報/川合 準



JCHO玉造病院
〒699-0293 島根県松江市玉湯町湯町1-2
TEL.0852-62-1560

患者さんの権利

あなたは、人種・国籍・性別・年齢・宗教、その他の個人的な背景に拘らず、差別なしに適切な医療を受ける権利を持ちます。
あなたは、担当の医師や病院を自由に選択できる権利を持ち、またどの治療段階においても、他の医師の意見を求める権利を持ちます。
あなたは、すべての医療上の記録を知る権利を持ちます。また、医師から症状について十分な説明を受ける権利を持ち、自分自身に関わる治療方針を自由に決定できる権利を持ちます。
あなたのプライバシーと個人情報には完全に保護いたします。