

JCHO玉造病院広報誌 Tamatsukuri Now

たまつくり Now

69

2024 | 春夏号

最新医療レポート

高齢者の急な膝の痛みは要注意! ~内側半月板後根断裂~

TOPICS 01

待望の最新 MRI装置導入

TOPICS 02

健康管理センターをご存じですか?



病院の窓辺から、
百合の木の花



独立行政法人 地域医療機能推進機構

玉造病院
Tamatsukuri Hospital

高齢者の急な膝の痛みは要注意！

～内側半月板後根断裂～



整形外科部長 石坂 直也

年齢を重ねると、体のあちこちの関節が悲鳴をあげはじめます。下半身の関節痛、特に膝関節の痛みは多くの高齢者を悩ます問題です。体重の増加やふとももの筋力低下によって膝への負担が大きくなり、若い頃よりも膝の症状が出やすくなります。それだけに「膝の痛みは歳のせいだからある程度しょうがない・・・」と患者さんもドクターも考えがちです。しかし中には早めに受診しておいた方がよい場合もあります。何気の無い通常の日常

動作のなかで急に膝がいたくなるようなことがあった場合は特に要注意です。

高齢者の膝痛の原因としては膝の軟骨が摩耗するいわゆる“変形性膝関節症”が大部分を占めていますが、その発症原因の一つとして“内側半月板後根断裂”という病態が最近注目されています。多くの変形性膝関節症は加齢性変化をもとにゆっくりと進行していきますが、内側半月板後根断裂が原因の場合は時として比較的強い症状を伴いながら急速に



「パキッ」という音とともに膝の裏側に痛みを感じた場合は、すぐに専門医へ相談しましょう。



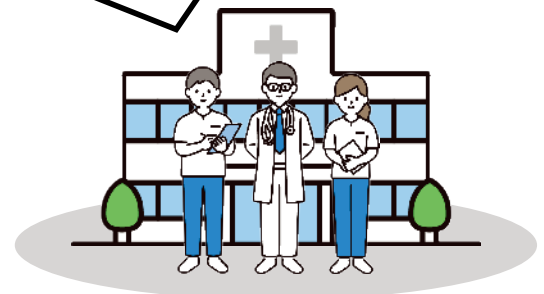
関節の破壊が進行してしまう恐れがあります。この病態のもとになる半月板とは膝の軟骨への衝撃を吸収する三日月型の“座布団”のようなもので、膝の内側と外側にそれぞれ存在しており、その前端と後端で脛骨に強く付着しています（前根と後根と言います）。半月板自体はゴムのような弾力のある線維組織でできていますが、老化に伴い劣化して時に断裂してしまいます。階段を降りる時など膝を曲げた状態で体重がかかる動作において、内側半月板後根に強い負荷がかかるため、高齢者においてこの部分で断裂が生じてしまう時があります。転んだり捻挫などがなくても、日常の何気ない動作でこの障害が生じる場合があることに注意が必要です。

内側半月板後根断裂はレントゲンでは診断できませんので、MRIで診断する必要があります。診断がつけば、早めの治療開始が重要です。治療は関節鏡を用いて内側半月板の後根を脛骨付着部に固定する“半月板制動術”を行います。

術後3週間は装具による固定が必要で、普通に歩けるようになるには5～6週間程度かかります。時間はかかりますが、きちんと直しておけば将来的に人工関節など大きな手術を回避できる可能性があるため、思い当たる症状があれば早めの受診を考えましょう。



痛みや違和感があれば放置せず早めの受診・相談を心がけましょう



JCHO玉造病院 整形外科：TEL 0852-62-1544

予約・お問い合わせ 平日14:00～17:00

※予約・問い合わせ受付時間外は0852-62-1560までご連絡下さい

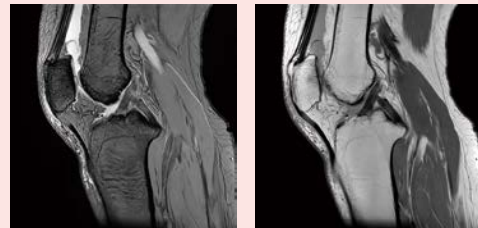


待望の最新MRI装置導入

MRI検査をご存知でしょうか。

- 大きな磁石による“強い磁場”とFMラジオに使われるような“電波”を使って体のさまざまな部位を画像化できる
- CTでは“X線”を使うのに対し放射線による被ばくがない
- 目的に応じて優れた画像コントラストが得られる
- 縦・横・斜めの断面や3次元の画像など自由度に優れる

この度、最新のMRI装置が19年ぶりに導入されました。



Canon 1.5テスラ DLR-MRI フラグシップモデル

Vantage Fortian



おすすめしたい機能

AIって
すごい!!

1位 AI技術 を搭載した DLR-MRI

AI技術であるディープラーニングを設計段階で用いた先進技術を画像処理に搭載

従来の1.5テスラMRIでは困難なマイクロレベルの高分解能を高いSNRで実現

高精細な画像を得るとともにノイズを除去し検査時間の短縮を実現

2位 大口径の Open Bore

検査時に入るトンネルの直径が更新前の装置や下位モデルより約5cm広い

たった数cmと思われがちですが自由度が格段に向上し広いことによる解放感や明るさを実現

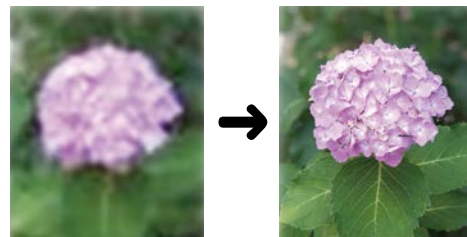
数cmをあなどるなかれ!

3位 静音化技術 で検査騒音の軽減

検査時の大きな騒音を抑制する静音化技術を搭載

ヘッドホンもあります!

イメージ画像
AI技術
を使うと!!



最新のMRI装置を駆使し、皆様の病気の発見や治療計画がより正確かつ迅速に行えるような画像の提供を行います。また共同利用事業として近隣の開業医をはじめとする医療機関の期待に応え地域医療に貢献できるよう、まい進していきます。

健康管理センター長
川上 誠

健康管理センターをご存じですか？ ～今年の健診はお済みでしょうか？～

健康診断を受けることは、病気の早期発見や健康維持、生活習慣病予防につながり重要です。年に一度のイベントとして健診を受けていただきたいと思います。玉造病院は、整形外科・リハビリテーションの基幹病院ですが、整形外科だけでなく、内科・リウマチ科・神経内科・歯科口腔外科・皮膚科の診療科があります。昨年は2名の内科医師が増員となり5名の内科医師が常勤しています。あまり知られていないようですが、健診も行っています。今年度は健診部門を拡充し、現在、センター長の川上先生を中心に体制整備を行っているところです。随時、健診の受付は行っていますので、ぜひ当院で健康診断を受けてください。

健康管理センター 看護師長 中村ひろこ

当院で行っている健診

9:00～11:00	月	火	水	木
松江市 ・一般健康診査（一般健診） ・松江市国民健康保険特定健康診査（松江市国保特定健診） ・後期高齢者健康診査（後期高齢者健診） ・大腸がん検診 ・前立腺がん検診 ・肝炎ウイルス検診	○	○	○	○
胃がん検診	○		○	
生活習慣病予防健診 ・協会けんぽ ・がん検診パック ・船員保険健診	○		○	
特定健診（協会けんぽ）	○	○		○
法定項目健診	○	○		○
結核検診	○	○	○	○



内視鏡検査の様子(消化器内科医師 角昇平)

●上記健診の予約・問い合わせ先 内科外来●

TEL 0852-62-1548 受付時間 平日 14:00～17:00
予約・問い合わせ受付時間外は0852-62-1560までご連絡ください。

その他 オプション検査あり（こちらは自費検査です）

- 骨粗しょう症検診（3000円）
- CT内臓脂肪測定検診（2700円）
- ロコモ健診（3300円）

オプション検査の予約・問い合わせ先 地域医療連携室

TEL 0852-62-1591 受付時間 平日 9:00～17:00



5児のパパ 子育て奮闘インタビュー! ~育児休暇の日々~

リハビリテーション室 小村 大輔



本日はお忙しい中インタビューにご協力頂きありがとうございます。

いえいえ、では今回、双子の出産に伴い2度目の育児休暇（以下、育休）を取得したのでその体験をお話したいと思います。家族構成が、夫婦と3人の子もたちで生活をしている中、双子の女児を迎えることとなり6ヶ月の育休を取得しました。

Q 大変だったこと、嬉しかったことは何ですか？

一番大変だったことは生活が不規則となり、自分が体調を崩したことです。3時間ごとの授乳やおむつ交換があり、昼夜を問わずお世話が必要でした。また、腰をかがめてお世話をするが多かったため、腰痛が出てきて思うように体が動かせず、精神的にも肉体的にもきつい時期がありました。そんなこともありましたが、子どもたちの成長の瞬間を何度も目の当たりに出来たことはかけがえのない喜びでした。また、近所の方と付き合う機会も増え「6ヶ月も取れていい職場だね」と言われることが多くとても嬉しかったです。



Q 育児と仕事の両立について、気をつけていることは？

現在は、共働きですが時短勤務を活用し、帰宅後は子どもたちのお世話があります。限られた時間の中で、家庭や仕事では優先順位を意識して取り組んでいます。親の様子を見てか、家庭では上の子どもたちもメリハリのついた行動を取ってくれるようになってきました。仕事では、今日しないといけないこと、急な休みの場合に迷惑がかかりそうなことから取り組むよう心がけています。



Q 最後に、育休を取得した感想は？

育休中は生まれた子どものお世話をするだけでなく、産後間もない妻のサポート、家事、兄弟のお世話などたくさんすることがあります。もし、育休を取得していなかったらと思うと、妻への負担が計り知れないことになっていたと思います。そのため、育休を取得したことは、私にとっても家族にとっても非常に大事な選択だったと思います。また、育休の取得の際に、職場の上司や同僚たちが気軽に相談に乗って下さり、長期的な育休を取得することを勧めてくれました。このことにつきましては、感謝の気持ちしかなく、今後も男性職員の育休が取得しやすい職場環境になればと思います。

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。

《編集後記》

今年は、当院のある松江市ゆかりの明治の文豪ラフカディオ・ハーン（小泉 八雲）の『怪談』出版・没後120年の年になるそうです。

このタイミングで、NHKの朝の連続ドラマ小説に、八雲の妻「小泉 セツ」をモデルにした「ばげばげ」が決定しました。

図らずも、10/6（日）にくにびぎメッセで行う予定の「玉造病院人工関節センター20周年記念市民公開講座」において、小泉 セツの曾孫である小泉 凡氏に八雲に関する記念講演をお願いしていたことから、松江市民・病院職員としてこのニュースは嬉しい限りです。皆様も記念講演にぜひお越しください。

NHKの放送は来年になりますが、これから大勢の観光客が来ることが見込まれ、松江（玉造も）が大いに盛り上がりそうです。



独立行政法人 地域医療機能推進機構
玉造病院
 JCHO Tamatsukuri Hospital
 〒699-0293 島根県松江市玉湯町湯町1-2
 TEL.0852-62-1560

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。
<https://tamatsukuri.jcho.go.jp>

■編集・発行責任者 院長/池田 登 ■広報/川合 準

患者様の権利

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完全に保護いたします。