

長野中央病院

だより

しなの  
の  
ま  
き



VOL. 9  
2016.9.1

■発行人／山本 博昭 ■編集／長野中央病院広報委員会

特集

長野中央病院 整形外科

何よりも対話を重視して、  
患者さんと真摯に向き合う。

～オールマイティかつ  
専門性を究める4人の医師～

NEWS & INFORMATION

わたしのまちのお医者さん

- 医療法人誠保会 わかまつ呼吸器内科クリニック
- 長野市国民健康保険 戸隠診療所



# 何よりも対話を重視して、患者さんと真摯に向き合う。 ～オールマイティかつ専門性を究める4人の医師～

当院の整形外科は1987年に開設し、ほかの診療科と同様に直接訪れる外来の患者さんを毎日たくさん診察しています。当院では担当となった医師が患者さんを総合的に診察し、症状をしっかりと診ていくこととなります。保存的な治療を大切にしながらも、生活が困難なほどの機能障害が手術によって改善されることが期待できる場合は、各部位への手術的なアプローチが検討されます。手術を行う場合、整形外科医たちは、担当医の枠を超えて、専門性を持つほかの医師に施術をゆだねるケースが出てきます。現在、整形外科の医師は4人体制。オールマイティに診療を行いながら、それぞれ得意分野(サブスペシャリティ)を持って、整形外科医療のレベルアップをめざしています。

## サブスペシャリティは「膝」「股関節」

### 人間は誰でも

年齢を重ねると、髪が白くなったり、皺が増えたりします。それと同じように膝の軟骨がすり減って、関節に痛みや腫れが起こり、変形をきたすようになります。このような変形性関節症は、膝関節や股関節、背骨などに現れますが、治療の基本は生活指導や投薬、運動療法などの保存的治療です。それでも痛みが激しく、日常生活に支障をきたす場合は、手術を行うことになります。いくつかの手術的アプローチがあるのですが「現在、壊れた関節の痛みを取る最終手段は『人工関節形成術』です」と前角医師は言います。さらに「虫歯の治療と似ています。傷んでしまった関節の軟骨部分を削って、特殊な金属をかぶせるのです。この人工関節によって、どこまで患者さんの日常生活が回復できるか。QOL（Quality of Life = 生活の質）とは、できなかったことができるようになること、それが患者さんの喜びにつながればいちばん嬉しい」と語ります。



膝関節症術前

人工関節手術後

## サブスペシャリティは「手」「肘」そして「関節リウマチ」

### 「手」

はヒトの器官として複雑で、特別な機能を持っています。その特殊性を理解し、かつ適切な治療がなされないと期待した治療効果が得られない難しい部位です。整形外科領域の中でも「手の外科(ハンド サージャリー)」は、関節、脊椎と並び専門性の高い分野の一つです。「手」には様々な疾病や傷病がありますが、専門的治療が必要な外傷として腱損傷があります。「私が整形外科医になったばかりの頃、手をガラスで切って指が曲げられなくなった患者さんが搬送されました。屈筋腱断裂でした。当時の上級医師に相談したところ、『当院では治療できない、専門医に紹介するように』と言われました」と下田医師は振り返ります。損傷部位はノーマンズランド(何人も手をつけてはならない)と呼ばれ、治療が特に困難な領域でした。屈筋腱損傷は縫合方法も、後療法も特殊で、訓練を受けた医師でないと対応できないのです。「手の治療もできるようになりたい」と考えた下田医師は、日本でも有数の専門病院で「手の外科」を勉強してきました。治療が困難な腱損傷も今では当院でしっかり治療することができます。

## 患者さんの機能回復を第一に考える 手術療法が必要ならためらわずに薦める

下田医師は「手」の治療を担当するようになると必然的に上肢が治療範囲になり、「肘」も専門になりました。また関節リウマチは手の変形や機能障害が多く、「関節リウマチも治療できるように」と勉強して日本リウマチ学会の専門医になりました。

### 手・肘の疾病

には「絞扼性神経障害」など一般的で罹患率の高いものもあります。手や肘に起因する機能障害に対し、手術療法が必要な場合はためらわずに手術を薦めるそうです。当院では年間150例以上の上肢手術を行っています。丁寧に治療して評価し、症例や治療成績を研究会や学会で報告しています。さらに地域の先生方にも当院の整形外科のレベルが認識されて、手術患者さんを紹介されることも多くなりました。

### 関節リウマチ

の分野は近年治療法が飛躍的に進歩しており、治療効果の高い薬剤を適切に使用し、関節痛と機能障害のない状態が目指せるようになりました。適切な薬剤を安全に投与するには高度な専門的知識が求められます。当科でも生物学的製剤を使用して良好な治療効果が得られています。日々進歩するリウマチ診療に遅れまいと精進しています。

## 患者満足度にプラスして、 医師がめざす目標達成度も重要

### 「患者満足度

というのがあるんですが、患者さんは治療に臨む当初の期待値より、良い結果が出れば基本的に満足度は上がります。ですから、特に手術をする場合、どのような状況になるか、リスクも含めてご理解いただき、おたがいに同じ目標を見つめている必要があります。インフォームド・コンセント(Informed Consent)とも呼ばれる、医師と患者の話し合いやコミュニケーションが何よりも重要。当院では、外来患者さんとして長い期間診察しているケースも多く、どういう生活をして、何を求めているのかということまで理解して、治療にあたるようにしています。

### さらに

前角医師は、「患者満足度だけがすべてではない」と言葉を続けます。「インフォームド・コンセントもひとつ間違えると『ごまかしの方便』になってしまいます。医療側にとっても、本当に満足できる結果なのか。医師がめざす目標の達成に向かって、少しずつでも階段を上って、患者と医師がともに満足度を上げていければいいと思っています。なかなか、満点は取れませんけどね(笑)」。



整形外科部長 前角 正人  
日本整形外科学会整形外科専門医  
日本整形外科学会認定スポーツ医



リウマチ科部長 下田 信  
日本整形外科学会整形外科専門医  
日本整形外科学会認定リウマチ医  
日本リウマチ学会専門医

## サブスペシャリティは「肩」「骨折」

### 転んでもひねってもいないのに、

腕を上げようとしたら痛くて上がらない。いわゆる四十肩・五十肩と呼ばれていますが、正式には「肩関節周囲炎」という病名で肩関節の周囲に起こる炎症のことです。その発生のメカニズムはいまだに謎であり、多くは時の経過とともに自然に治ってしまいます。しかしながら、治ってくる間、肩を上手に動かさないと、その中の何割かが肩関節拘縮症になってしまい、痛みがなくなっても腕が挙がらなくなります。そこで初期の段階で大切になってくるのがリハビリテーションです。「リハビリの重要性は、医師になってから肩の勉強をしに行った信州大学であらためて教わりました」と後田医師は語ります。整形領域の病気にはリハビリでしか治らない症状もあります。後田医師は当院の理学療法士たちとよく話し合い、患者さんのリハビリ方針を慎重に探っています。さらに肩の場合、骨や腱に大きなダメージがあると、手術療法のアプローチが有効な場合があります。それぞれの患者さんにとって本当に手術が最適な選択肢であるかどうか、じっくりと話し合いをするそうです。腕を上げ続けるような仕事に従事していれば、たとえば、リンゴ農家や塗装工、学校の先生などは、腕が上がらないと仕事になりません。そのような方には、手術やリハビリ期間を含めて、丁寧に説明をして治療方法を決定しています。

## 骨折するまえに、転ばぬ先の研究が進んでいる

**後田医師の**もうひとつの専門は「骨折」です。その原因のひとつに加齢とともに発症する「骨粗鬆症」があります。高齢者がちょっと転倒しただけで骨折しやすくなるのは、この病気が疑われます。また、骨折で寝たきりになるケースも多く、健康長寿の大きな阻害要因でもあります。「近年、健康診断で骨密度を測定したり、骨粗鬆症を予防の見地から捉えようという動きが活発になっています」とのこと。また、「骨粗鬆症の研究が進む中で、骨密度だけではなく、骨質(骨の素材)も重要な要素であることがわかってきました。治療にあたりどのような薬をどのような頻度で服用すればいいのか。少しずつ解明されつつあります」。もちろん、まだ特効薬となるものは開発されていません。これから期待される医療の最前線と言えるでしょう。後田医師は、治療の現場で日々感じることがあります。「肩の病気も骨折も、患者さんが自分が治すんだという意識が大切ではないでしょうか。治してほしいという受け身の姿勢ではなく、積極的に能動的に治していこうという姿勢。私たち医師は、そのための手助けをしているのです」



骨粗鬆症による骨折



手術後

## サブスペシャリティは「腰」「脊椎・脊髄」

### 身の回りでギックリ腰を

経験されている方も多いと思います。当院の整形外科の外来患者さんも、最も多い症状が腰痛です。腰痛には大きく分けて2種類あります。ギックリ腰のような激しい痛みで襲われる「急性腰痛症」、それと小さな痛みや重いなどの違和感が続いている「慢性腰痛症」です。この痛みの性質をきちんと把握してから、その後の治療方針を決めていきます。急性腰痛症なら、レントゲン写真を撮って骨折かどうかを真っ先に確認します。骨折でなければ、ほとんどの場合、当初の痛みが徐々にやわらぎ、約20日間以内で痛みがなくなります。ただし、当初のレントゲンで発見できない骨折として高齢者に多いのが圧迫骨折です。この場合、痛みがなくなるまでに、もう少し日数がかかります。

### 慢性腰痛症は、

レントゲンやMRIで検査しますが、様々な要因が複雑に絡み合っている場合が多いのです。背骨か、関節か、椎間板か、靭帯か、筋肉か、神経か。慢性的な痛みは、原因の特定が難しく、逆に言えば、特定できる場合のみ、適切な治療行為を施すことが可能になります。

## 正しい事実を伝える。信頼関係を失わないために

**たとえば**「腰部脊柱管狭窄症」という病気です。脊柱管とは、脊髄の神経が通るトンネル。このトンネルが加齢とともに、狭くなり、神経を圧迫して発症します。腰痛はあまり強くなく、安静にしている時にはほとんど症状はありません。背筋を伸ばして立っていたり歩いたりすると、ふとももや膝から下にしびれや痛みが出て歩きづらくなるというもの。進行すると、尿の出がわるくなったり、逆に尿が漏れることもあります。「原因がわかっていますから、手術としては、狭くなった部分を広げるだけ。術後は、患者さんの症状が劇的に改善されます。歩ける距離が回復します」と水谷医師。「ただし、いろいろ雑多な症状がある場合、ほかの症状は残るよ」と患者さんにははっきり言います。それでも、いい。歩けないのがツライから、手術してほしい。そういう覚悟が患者さん側にも必要です。水谷医師は、患者さんに接するとき、ほんとうのことを伝えるべきという考えを持っています。「どんな病気も原因がわからなければ、治すことができません。私は治せない場合はその理由を患者さんに正しく伝えます。それを理解していただき、症状と向き合っていくことが大事なんです」。水谷医師は、長丁場となる整形外科の現場で、嘘偽りのない信頼関係を築こうとしています。



脊柱管狭窄症

手術後

News

長野中央病院で開催した行事やイベントをご紹介します。

2016  
4

4月16日  
リハビリ棟お花見会  
4月20日  
新入職員歓迎会

2016  
5

5月6日  
循環器カテライブ・講演会  
(1st EVT CASE WORKSHOP  
in Nagano Chuo Hospital)  
5月12日  
高校生1日看護師体験  
5月13日  
長野市救急隊×長野中央病院 合同  
救急症例検討会  
5月14日  
りんどう会総会  
5月26日  
看護部学習会「医療安全」



2016  
6

6月1日  
新入職員対象輸血学習会  
6月9日  
たけのこの会 春の定例会議  
6月16日  
NST学習会  
6月18日  
ながの肝臓友の会 温泉交流会  
6月19日  
ICLS (蘇生トレーニング) 講習会

2016  
7

7月1日  
民医連 循環器ライブ  
7月5日  
高校生病院体験実習  
7月5日・6日  
はかり定期検査  
7月15日  
火災時避難・通報訓練  
7月16日  
AGONISTS (研修医合同勉強会)  
7月23日  
カテーテルアブレーションLIVE  
7月28日  
高校生1日看護師体験  
7月29日  
小児科おたのしみ会  
7月30日  
たんぼぼの会 学習会・総会



2016  
8

8月1日  
病院安全管理体制の運用変更

Pick Up!

8月1日  
長野中央病院  
安全管理体制変更のお知らせ



厚生労働省から「医療機関における安全管理体制について(院内で発生する乳児連れ去りや盗難等の被害及び職員への暴力被害への取り組みに関して)」の通達がありました。

この指針に従って、当院でも従来の管理体制を見直し、2016年8月1日(月)より新しい運用を開始しました。主な変更点は警備目的・入館者チェック・西口利用可能時間となります。

より安全安心の病院を目指すために皆さまのご理解ご協力をよろしく申し上げます。

■警備目的

従来	8月1日～
施設設備、施錠確認	患者・職員の安全 暴言暴力・盗難の抑制

■入館者チェック

従来	8月1日～
行っていない	平日19時～8時 土曜14時～8時 休診日 終日

■西口利用可能時間

従来	8月1日～
全日7時～20時	平日8時～19時 土曜8時～14時 休診日閉め切り

6月19日  
ICLS (蘇生トレーニング) 講習会

6月19日(日)日本救急医学会認定の長野中央病院第18回ICLS講習会を開催しました。ICLS講習会は「突然の心停止に対する最初の10分間の対応と適切なチーム蘇生」を習得することを目標として、年に3回開催しています。

当日は院内受講生(研修医、看護師、臨床工学技士)21名と院外受講生1名の22名が小グループに分かれ、実際に即したシミュレーション実習を繰り返し、1日をかけて蘇生のために必要な技術や蘇生現場でのチーム医療を身につけました。

本コースを修了した受講生からは、「蘇生に必要な基本スキルや手技に対する自信が持てた」との感想が寄せられるとともに、「これからもコースに参加して、インストラクターに挑戦してみたい」との声も出されました。



7月5日・6日  
はかり定期検査

「取引」や「証明」に使用するはかりは、2年に1回定期検査を受けることが法律で定められています。当院では体重測定に使用するはかりなどが検査対象となります。これらのはかり51台の検査を7月5日、6日に実施しました。

検査では計量士から適正な計量について説明を受けました。引き続き正確な数値を記録するよう努めていきます。



職場  
紹介

突然の受傷による不安を軽減できるように

4階北病棟は、昨年9月の病棟編成で整形外科と循環器の病棟としてスタートしました。

整形外科はほとんどの患者さんが、転倒などによる突然の受傷で入院されます。そのため、患者さんやご家族の訴えを聴き少しでも不安の軽減ができるように、また安全・安心に手術やその後の入院生活を送れるように心がけています。

毎週火曜日の午後、手術を受ける患者さんのカンファレンスを医師・薬剤師・手術室看護師・病棟看護師で行い、手術の術式や手術中、手術後の注意点等を共有し安全に手術が行われるようにしています。

またリハビリスタッフとの合同カンファレンスも行っています。医師・看護師・薬剤師・栄養士・医療ソーシャルワーカー等多職種で連携し、手術後早期の退院を目指します。高齢で入院される方にとっては、入院前の

ADL(日常生活動作)に戻すことはなかなか難しいこともあります。医師の指示のもとリハビリスタッフと協力して自宅に帰れるように支援しています。退院前に家屋訪問を行い、家での状況を実際に確かめたり、ケアカンファレンスを行い自宅に帰ってから困らないように退院前に必要な支援の調整をしています。ケアカンファレンスにはケアマネジャーや訪問看護師等在宅支援のスペシャリストが参加します。もちろんそこにはご家族も参加します。少しでも安心して退院できるように皆で協力し合っています。



病棟班会でビデオを見ながら体操したり、クリスマス会で医師もサンタクロースに扮して病棟内を回り、ミニコンサートを行うなど、楽しい交流会も行っています。患者さんやご家族の皆様の「ありがとう」の言葉を励みに、職員一同笑顔で頑張っています。4階北病棟 飯塚 栄子

このコーナーでは日ごろ連携させていただいている医療機関を紹介します。

## 医療法人誠保会 わかまつ呼吸器内科クリニック



院長  
若松 俊秀 先生

皆さまのおかげをもちまして、平成21年に開業させていただき今年で7年目に入りました。当院は呼吸器疾患と睡眠障害を中心に診療させていただいております。

呼吸器疾患に関しては気管支喘息、慢性閉塞性肺疾患などの慢性呼吸器疾患や長引く咳でお困りの患者様を診させていただいています。胸部X線検査、肺機能検査などを行いしっかりと診断をつけ、病気に対する指導を細やかに行うことを心がけています。また診断や治療が難しい患者様は、長野中央病院様をはじめとする基幹病院様に紹介させていただき迅速に対応いただいております。この場をお借りして患者様をいつも快くお引き受けいただく長野中央病院様にお礼申し上げます。

そしてまた当院は睡眠専門医療機関としての機能もっており、長野県内のクリニックでは唯一の睡眠学会認定施設を取得しております。今話題の睡眠時無呼吸症候群をはじめとした睡眠障害では、専門医療機関としての責務を果たすため、専用の設備を準備し認定医・認定技師を含めた専属のスタッフが検査にあたっております。

さらに当院では予防医学に注力しており、禁煙外来、スギ花粉症に対する舌下免疫療法などの予防医学にも力を入れております。スタッフが専門の知識を持ち指導を行わせていただいております。当院の詳細につきましては、ホームページやフェイスブックも是非一度ご覧いただければ幸いです。

今後とも長野中央病院様はじめ基幹病院との病診連携を密に図り、患者様に安心しておかけいただけるクリニックを目指してスタッフ一同努力してまいります。



### 医療法人誠保会 わかまつ呼吸器内科クリニック

- 診療科目／呼吸器内科・内科・睡眠呼吸障害
- 所在地／長野市高田五分一549-7
- TEL／026-266-0227
- 診療時間／【平日】午前8:30～12:00、午後3:00～6:30  
【土】午前8:30～12:00
- 休診日／木曜、土曜の午後、日曜、祝日

## 長野市国民健康保険 戸隠診療所



所長  
今井 隆二郎 先生

戸隠診療所は昭和32年に国民健康保険診療施設として開設され、私は本年4月1日より所長に就任いたしました。

祖父は昭和元年に柵村(現在の戸隠柵原)に「今井医院」を開院し、その後は父が戸隠の医療に長く携わってきました。子どもから大人まで、内科・外科を問わずいろいろな病気やケガを診察し、毎日夕方になると車で往診に行っていました。小学生の頃はよく一緒に連れて行ってもらい、患者さんの家の子どもたちと遊びながら、父の様子をちらちら見ていたものでした。いつしか父のような医師になること、そしてこの地域での医療を夢見るようになりました。

しかし、医師になったばかりの時は、未来の自分がはっきり見えていたわけではなく、目の前の仕事を消化することで精一杯でした。平成19年より長野赤十字病院に勤務し、過疎化が進んでいく地域医療の現状を肌で感じました。微力ながらも育ててもらった地域に貢献できることがあるのではと思い、医師を志した時の初心に戻って戸隠診療所に就任することを決めました。

現在、戸隠は過疎化が進み高齢化率は45%を超え、高齢者の独居世帯や高齢夫婦の世帯が増加し、多くの問題を抱えております。さらに交通機関の減少により、通院が難しくなることも少なくありません。私たちは外来診療の延長線上に在宅診療をおき、往診や訪問診療を行いつつ患者さんを診続けることが重要と考えています。一つの家族を代々診ていくことができ、患者さんと共に成長していく地域医療の喜びをスタッフ全員で感じています。

地域に密着し、信頼され、愛される診療所を目標とし、安心して受診していただけるよう努めてまいります。



### 長野市国民健康保険 戸隠診療所

- 診療科目／内科・小児科・歯科(月・水・金の午前8:30～12:00)
- 所在地／長野市戸隠豊岡1554(戸隠支所1階) ●TEL／026-254-2211
- 診療時間／【平日】午前8:30～12:00、月・水・金の午後3:00～5:00(午後の診療時間はいずれも変更する場合がありますのでお電話でご確認ください)  
【土】第1・3の午前8:30～12:00
- 休診日(医科)／火・木の午後、第1・3土曜の午後、第1・3以外の土曜、日曜、祝日



長野医療生活協同組合

## 長野中央病院

〒380-0814 長野市西鶴賀町 1570  
TEL.026-234-3211 FAX.026-234-1493  
http://www.nagano-chuo-hospital.jp/

