

病院だより



'99新春号

平成11年2月1日発行
木村病院

福井県坂井郡金津町南金津32-13-1
TEL 0776-73-3323



理事長 年頭のご挨拶



医療法人 至捷会
木村病院
理事長 木村 捷一

ここ数年暖冬が続きましたが、今年は本格的な寒波の到来で寒さも一段と厳しく、インフルエンザの流行も、全国的に問題となっています。

本年は、20世紀の締めくくりの年であり又、21世紀に向けて様々な社会機構の見直しと再構築の時があります。尚少子・高齢化社会の到来は私達の健康を支える医療・福祉のシステムの転換点であり、効率的で質の安定した、医療の提供と高齢者の自立支援・在宅支援を目的とした福祉が、求められています。

介護保険制度は、いよいよ12年4月から施行されますが、本年は準備の最終段階であり実質的にはスタートの年と言えます。地域のニーズに対応し、当会では8月1日に老人保健施設「ナイスケア木村」を開設致します。

介護保険制度に対応した施設づくりと、地域医療を支えるための最新の知識と技術を身に付けるべく全てのスタッフと共に努力していきたいと思っております。

今年も変わらぬご支援を戴きますようお願い申し上げます。



医学最新情報

整形外科医長 萩原道博



骨粗鬆症に伴う骨折は、高齢者の自立を妨げる原因の一つです。日本人の50才女性が生涯に脊椎・大腿骨頸部・橈骨遠位端(手関節部)のいずれかを骨折する確率は42%で、その内大腿骨頸部骨折に限ると5%で、骨粗鬆症およびそれに関連する骨折の予防は重要な問題です。

骨粗鬆症は、高齢者、特に閉経後の女性に多く、早期閉経は危険因子の一つです。最近では骨粗鬆症に関連した遺伝子も報告されていますが、生活習慣に関わる因子の役割も大きく、骨粗鬆症の予防のためには、各人がもつ危険因子を把握して、自分でコントロールできる因子を減らすことが重要となります。今回、特に生活の質に著しく影響を与える大腿骨頸部骨折の危険因子についてお話します。

大腿骨頸部骨折はほとんどの場合、転倒などで生じますので、骨折には、骨の強さだけでなく、転倒しやすさ、転倒時の衝撃の強さなども関わっています。骨の強さは、骨量、骨質、骨の解剖学的構造などによって異なります。衝撃の強さは、転び方、転んだ場所、大腿骨頸部周囲の組織や衣服などの衝撃を和らげる因子などの影響をうけます。転倒には、長時間作用の精神安定剤などの薬剤服用、視力低下、体のゆれ、平衡感覚の低下、筋力低下など本人自身の転びやすさに加え、天候、住宅構造など生活環境も影響します。アメリカの調査では、同じ骨量をもっている母親の大腿骨頸部骨折歴、本人の骨折の既往、体重減少、長時間作用性ベンゾジアゼパンや抗痙攣薬使用、多量のコーヒー摂取、1日4時間以下しか歩いていないなどの因子を多く持つ人ほど、頸部骨折のリスクは高くなること分かりました。骨は運動負荷を加えたときより運動や体重などの



負荷を取り除いたときの影響を受けやすく、寝たきりの状態で1週間に1%、数カ月で10-20%の骨量が減少します。日常の運動不足がどの程度骨量に影響を与えるかは明らかになっていませんが、毎日約1.6kmの歩行を約1年間続けると、骨量の減少が低下したとの報告があります。運動の効果は骨量増加や維持に働くだけでなく、運動能力を保ち転倒しにくくしたり、骨周辺の筋肉組織を増強して、転倒した時の衝撃を緩和するなどの効果もあると考えられます。

わが国における調査では、牛乳をほとんど毎日飲んでいたら人の大腿骨頸部骨折のリスクは、1週間に1回以下しか飲まない人の約半分であったと報告されています。また1日1.6gのカルシウム摂取により骨吸収は抑制され、骨量の減少は低下し、平均84才の高齢女性の集団においても、ビタミンD3とカルシウム剤の併用で、骨量が2%増え、大腿骨頸部骨折の発生は約半分になったとの成績があります。また先の調査では、さらにはほぼ毎日アルコールを飲むこと、body mass index (BMI、体重を身長)²で除いた値が低いこと、脊椎骨折があること、初潮年齢が17才以上、子供を5人以上持っていることは大腿骨頸部骨折のリスクを高めています。しかし、コントロールできない危険因子、脊椎骨折の既往、初潮年齢、子供の数)を持ついてもコントロールできる危険因子(BMI、牛乳、アルコール摂取)の数を減らすと骨折のリスクは低下しています。

骨粗鬆症やそれらに関連した骨折の発生には、多くの因子が関与していますが、報告されている因子の中で自分でコントロールできる危険因子を減らすことで骨折の危険を遠ざけ、生活の質をより長く維持することができそうです。

(日本臨床 56巻6号より抜粋加筆)

豆知識

難聴について

耳を形成している外耳・中耳・内耳および聴神経のどこかに障害がおこると「難聴」や「耳鳴り」といった症状が現れてきます。難聴の種類は伝音性難聴と感音性難聴に大きく分けられ、そしてそれぞれの症状や治療法も異なります。聞えたり、聞えにくくなったりします。

- ◆伝音性難聴 「外耳や中耳といった空気振動を伝える器官の障害で、音が小さく聞こえ、聞き取りにくくなります」
例えば外耳が耳ア力でつまると、鼓膜が破れる、中耳にある小さな骨が病気の為に動かなくなるなどの病変によって起こります。
- ◆感音性難聴 「内耳や聴神経といった音を神経で感じる器官の障害で、言葉が明瞭に聞き取れなくなります」

- 老人性難聴 (老化による内耳や神経の衰え)
- 騒音性難聴 (騒音を長時間聞き続けたことによる内耳の損傷)
- 感染症による難聴 (細菌やウイルスによる内耳の障害・幼児児の難聴の原因にもなる)
- 突発性難聴 (ある日突然、難聴になり、めまいや耳鳴りを伴う。原因はウイルス、循環障害アレルギーなどが考えられるが、まだ不明である)
- ◆難聴の治療
外耳や中耳の病変による伝音性難聴は治療により聴力の回復が可能です。
また騒音や感染による感音性難聴は環境整備や予防接種による予防がある程度可能です。
一方急性に発症した感音性難聴や突発性難聴は難聴が固定してからでは治療効果が望めません。出来るだけ早い(一週間~十日間以内)の治療が必要です。
難聴でお困りの方は一度、耳鼻科咽喉科へ受診をお勧めします。

リハビリテーション科

◆介達牽引
むち打ち・五十肩・腰痛・足のしびれ
牽引と弛緩を交互に5~10秒繰り返して、頸周囲の緊張した関節の安静を主に、血液循環の改善とあわせて、痛みを緩和させる効果があります。

◆マイクログ
慢性的な肩こり・腰痛
皮膚や皮下組織をある程度浸透し、緊張した筋肉に加熱を与えます。すると収縮していた毛細血管を拡張させ、血液の循環を良くし、筋肉内にとまっている痛みを発生する物質を減らします。

◆気泡浴 (ハイブロー)
手や足関節の運動と筋肉の緩和
手や足を部分的に入浴することができ、浴槽が2台設置してあります。底の方から気泡が多数発生して手や足を温めると同時にマッサージ効果も得ることが出来ます。お湯の温度は42℃から43℃ですが、お好みに合わせて調節することも出来ます。

◆ホットパック
肩こり・腰痛・膝の痛み
電熱線の張つてあるナイロン性の袋に電熱線を通すと袋は温かくなってきます。それを患部にあてておくと皮膚が適度に温まり、精神的な安楽が得られ、筋肉を和らげる作用があります。





看護の目



戦後、急速な経済成長により国民の生活水準は向上し、医学・医療技術の進歩も相まって、我が国の平均寿命は半世紀で、約27年伸びたことになりました。今後更に高齢化が進み半世紀後には3人に1人が65才以上という、超高齢化社会が到来することが予測されます。これに伴ない介護を要する老人も増え85才以上では4人に1人が介護が必要とされています。それに反して、少子化・核家族化が進行し、『老人が老人の介護をする時代』になってきています。そこで当然のことながら、介護に対する精神的・身体的負担を感じる介護者の比率も増加しています。こういった介護に関する国民の諸問題に対して、介護を社会全体で支えることとし、福祉・医療・保健に分かれて、高齢者の介護に関わる現行の制度を再編成し、利用しやすく、公平で、効率的な社会的支援システムを作り出すことが、介護保険のねらいとなっています。

そこで、これらの人達に対して情報を提供したり、要介護者の日常生活動作や社会的環境等についての問題を把握し、具体的指導を行ったり、ニーズに応じた包括的なサービスが受けられる様、大切な役割を担うのが、今回新たに設定された介護支援専門員(ケアマネジャー)です。本県でも、平成10年10月に第一回資格取得筆記試験があり、私もただ今、実務研究中ですが、地域の皆様のために、少しでも早く、充実した内容での介護保険制度のサービスが提供できるように、努力していきたいと思えます。

5病棟 婦長 山本こづえ



「根付」

理事長のコレクションを
ご紹介します。

ギャラリー



「雪船」 一郎作 象牙 (3.8cm)
昭和52年に没した福田一郎氏の数少ない代表作の一つ。全体の丸味、色使いの良さ、ほのかに伝わってくる柔らかさと温か味は、一郎根付の神髄を問う名品である。



根付は、江戸初期から続く伝統工芸品です。
印籠や煙草入れなどの紐の端に付けたり、着物の帯に通す際の留め具ですが、精緻な技巧とユーモアが魅力です。
▲多くの名作を含む「根付むつけ」コレクション

「河童の名医」孝悦作 (高さ4.0cm)
河童がお医者さんになり、患者の蛙を診察している。主役が河童と蛙なので、蓮池を想定して診察室を蓮の葉で作り、患者の枕を蓮の実にしている。裏側は葉の茎を曲げて自然の紐通しになっている。当院では、この根付から診察券を作りました。



♪「誰からかわかんけど、いいもんもろうたは」「ありがとぅ。」
ささやかですが毎月誕生の方にはプレゼントがあります♪
♪その時期に合ったいろいろな曲が聞けるのでとても良いです。」
〈木村病院バンドカッツパーズの生演奏が楽しめます。また地域の方々が歌を披露します〉
・大勢の人が参加しにぎやかでした。

Voice 声



12月21日、平成10年度最後のリハビリコンサートがありました。
会場の1階待合室には90人の患者さんが集まり、バンドを前に皆でクリスマスソングを歌ったり職員のカンドルサービスや大屋院長扮するサンタの登場などにぎやかな一時をすごしました。
リハビリコンサートの写真は3階リハビリ室に掲示してあります。一度ご覧下さい。

