なんじゃもんじゃ

第 17 号
平成22年4月1日
発行責任者：管理者 細江 雅彦
編集：市立恵那病院広報委員会

「基本理念」
私たちは、地域住民のために、医療倫理を守り、質の高い、信頼される、思いやりあふれる医療を展開いたします。
「基本方針」
一、患者様の権利を尊重し、患者様中心のチーム医療を展開いたします。
二、質の高い医療を提供できるように研鑽に努め地域包括医療に貢献いたします。
三、地域住民に安心され、永く親しまれ、信頼される病院を目指します。

骨粗鬆症と骨折について

整形外科
伊達和人

現在の日本は世界トップレベルの長寿国です。厚生労働省の公表によれば、二〇〇八年の平均寿命は女性が八六・〇五歳で世界第一位、男性が七九・二九歳で世界第四位であり、三年連続で過去最高を更新しています。一九五〇年ころには六〇歳前後であったことを考えればすばらしい改善ですが、その一方で超高齢社会ならではのさまざまな問題も出てきており、骨粗鬆症とそれに関連する骨折もそのひとつに挙げられます。「骨は生きており、寿命もある」という当然のことは実際の生活で実感しにくいものですが、実際には静的な構造物に見られる骨には骨形成と骨吸収という二つのダイナミックな生命活動があります。古くなったり傷んだ骨の組織を取り壊すのが骨吸収で、新しい骨を作って修復補強するのが骨形成です。青壮年期まではこの二つのバランスがうまく取れていますが、高齢になると（女性の場合は閉経期が大きな転機となります）骨吸収が骨形成を上回って骨密度が減少し、骨粗鬆症へと進んでいきます。骨粗鬆症そのものの症状はすぐには出ませんが、ごく軽い外傷でも骨折という形で突然発症することになります。多く見られるのは大腿骨頚部骨折、脊椎圧迫骨折（腰など）、手首、肋骨、肩などの骨折です。ベッドやトイレ周辺など屋内でも頻発し、転倒以外にも少しぶつけただけ、軽く手を突いた、すこしひねったなど、ごく軽い外傷でも骨折するようになります。高齢者はもともと身体的な余裕が少ないため、一箇所の骨折でも日常生活に大きな障害を引き起こします。

骨粗鬆症に関連する代表的な骨折として大腿骨頚部骨折があります。足の付け根に当たるところの骨折で、起立歩行が不能となり、寝たきりの大きな原因となる骨折として以前からよく知られています。現在は手術方法が進歩したため、即寝たきりに直結することは少なくなりましたが、高齢者の身体への影響は大きく、五人に一人は骨折後一年以内に死亡するという報告もあり、また治っても以前より活動レベルが低下する高齢者が多く見られます。毎年全国で十万人以上の新規骨折者が発生しており、年々増加し、学会調査でも十年前の約二倍の報告件数となっております。当院でもこの骨折に関連した手術は多く、平成二十一年には六十件以上の手術を行いました。寝たきりへの進行を防止するためにも手術に年齢制限は特に設けておらず、重い合併症がない場合は九十歳後半でも手術を行っております。手術自体の成績はおおむね良好ですが、以前の生活レベルに復帰できない方も少なくないため、やはり怖い骨折であることには違いありません。その他の脊椎圧迫骨折、手関節骨折、上腕骨近位端骨折（うでの付け根で肩に近いところ）なども生活動作にさまざまな悪影響を残しやすく、骨粗鬆症を予防すること、骨折を避けることは高齢者にとって非常に大切です。

当院では骨密度測定、必要に応じて血液中の骨代謝マーカー測定（骨量が減少する傾向が早いか遅いか等の目安となります）を行い、骨粗鬆症治療を行っております。不幸にして骨折された場合は、骨折部位や程度によりできるだけ体に負担のない治療のギプス固定や手術を使い分けて行っております。

日本がこれまでに経験したことのない超高齢社会の中の、骨粗鬆症対策、骨折予防対策は高齢者が良質な生活レベルを長く維持するための、大切な要点のひとつといえます。特に女性は、閉経期前後を境に骨密度が減少に転じる傾向が強く、早めの注意が必要です。関心のある方、心配な方はお気軽にご相談ください。

新しい仲間が増えましたので、紹介します。

神谷 信秀【内科医師】

はじめまして。四月より内科総合診療に勤務しています神谷信秀といいます。名古屋大学医学部付属病院総合診療科の家庭医プログラムでご縁があり四月より市立恵那病院にて研修させていただくこととなりました。心と体の両面からバランスのとれた診療を心がけています。地域のみなさまのお役に少しでも立てるように日々研鑽して参りたいと思っています。よろしくお願いいたします。

森井 尚之
【事務職】

渡邉 拓博
【理学療法士】

今井 健
【看護師】

福田 重敏
【診療放射線技師】

島倉 康至
【看護師】

長谷川 成美
【看護師】

深見 保
【臨床工学技士】

原 実季枝
【看護師】

上田 藍子
【看護師】

吉田 沙織
【看護師】

中尾 美穂
【看護師】

小木曽 麻衣子
【看護師】

原田 加奈
【看護師】

看護の日イベント

5月12日(水) 9時～15時

市立恵那病院玄関ロビーにて行います。

「5月12日は看護の日　看護の心をみんなの心に」

看護の日とは・・・近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなんで、5月12日を看護の日とし、この日を含む日曜日から土曜日までの週を「看護週間」として、国が平成3年度に制定され今年で20年目をむかえました。市立恵那病院の私たち看護師も、「看護の心」と「看護についての関心」を深めて頂くようイベントを開催します。

例年のように様々な測定を計画しています。

多くの方の参加をお待ちしています。

看護サービス委員会

QI活動発表会

平成22年3月26日(金)に、第4回QI(Quality Improvement)活動発表会を恵那峡グランドホテルで開催しました。

QIとは質改善と言う意味ですが、毎年各職場でテーマを設定し、その成果を年度末に発表しています。(各職場のテーマは、下記のとおり)。

このQI活動は、各職場から選出された職員により構成され、いわゆる垣根を取り払った委員会として活動しています。当日の発表会では日本一？の司会者として進行を努めさせて頂きました。

各職場の活動を読者のみなさまにご報告したいところですが、文字数の制限もあり、今回は見事発表会で優勝になった通所リハビリテーション(ほほえみ)の内容を少しご紹介させて頂きます。

通所リハでは、「回想法を取り入れて」というテーマで工夫を凝らし、利用者に還元する取り組みでした。回想法とは、過去の経験や出来事の記憶を呼び覚ますことで懐かしさや楽しさが刺激となり心理的安定を促す取り組みです。

ある年代に達すると、新しいことはなかなか覚えることが出来ませんが、若かりし頃の楽しい思い出や初恋の頃などは幾つになっても思い出すことがあると思います。そんな思い出話を話したり、懐かしい歌などを歌ったりすることで脳が活性化され、沈みがちだった気持ちが以前のように明るくなったりするものです。

悲しいかな人間は体力が落ちてくると必然的に行動範囲が狭まり、他人との接触も少なくなって孤独を感じるものです。そんな状態にならないように、人と人のふれあいが、自分を支えてくれるものなんですよねぇ！

こうした活動が認められ、今年度は通所リハのスタッフが見事優勝となりました。

これからも市立恵那病院が、市民のみなさまから安心・信頼される病院づくりを目指しますので、よろしくお願いします。

最後に審査員に参加して頂きました恵那市長ほか恵那市消防本部、恵那市医療管理部のみなさまに感謝申し上げます。

病院長　浅野雅嘉

職　場	QIテーマ
第1病棟	患者・家族に安心感を ーより良い情報の共有に向けてー
第2病棟	疼痛緩和ー医師と看護師のカンファレンスー
第3病棟	大掃除、3病棟ビフォー・アフター
第5病棟	看護に満足、笑顔で退院
第6病棟	みんなで活動、楽しくレベルアップ ー受け持ち看護のビフォーアフターー
手術・中材	術中体位について ー患者様の苦痛軽減を考えるー
外来	笑う門には患者来るー笑顔で対応ー
診療放射線室	THE・KAIZEN3(スリー) 5S(エス)で、どうえす(どうです)！？
薬剤室	処方監査時に発見される調剤ミスの傾向と対策について
臨床検査室	フレックスタイムの導入について
リハビリテーション室	学生指導を見直す ー知識・技術のさらなる向上へー
栄養室	異物混入の改善を目指して
通所リハビリテーションセンター	ほほ恵みの特色づくり ー回想法を取り入れてー
事務部	探しやすいカルテ庫へ ーカルテ庫の並び替えと 診療録の貸出管理を浸透させよーー