

はあとのあと

“心を綴ったノート” “心が奏でる音”

2008(4)

第12号



石川県地域医療支援センター 発足記念シンポジウム
 能登北部地域の医療の活性化と住民の健康

基調講演
 一般診療から先端医療まで、安心して……
 山岸正和先生
 太田晋生先生

公開討論 みんなで支える、より強い医療。
 安心して暮らせる能登へ！

9月7日 ラポルトすずにて

病院理念

“市民の心の支えとなる、地域の中核病院に”

- 1. 疾病の予防から在宅医療までの一環した体制の確立を目指します。
- 1. 安心と信頼の地域医療を目指します。
- 1. いたわりの心で皆様の健康と命を守ります。

目次

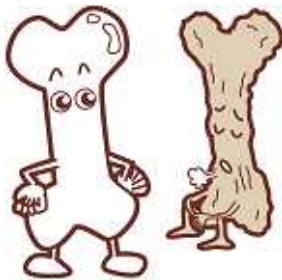
| | |
|------------------------------|---|
| ・意外と怖い骨粗鬆症 | 1 |
| ・高血圧について | 2 |
| ・頸動脈エコー検査 | 3 |
| ～あなたの大切な脳を守るために～ | |
| ・10月からのニューフェイス | 4 |
| ・石川県地域医療支援センター 発足記念シンポジウム | |

意外と怖い骨粗鬆症

整形外科医長 羽藤 泰三



骨粗鬆症は加齢などにより骨がスカスカになる病気です。特に女性では閉経期後より急激に進行し、70歳以上では約70%の人で骨粗鬆症を起こしています。男性でも60歳頃から徐々に増え、80歳以上では2人に1人が骨粗鬆症になっていると云われています。



骨粗鬆症の一番の問題は骨折を生じ易くなることです。骨折の多い部位は脊椎、大腿骨頸部、手関節、肩関節の順になっています。特に一番頻度の高い脊椎では、転倒していなくても、重い物を持ったり急にかがんだりといった日常の基本動作だけでも骨折を起こします。時には顔を洗う動作をただで脊椎圧迫骨折を生じることもあります。つまり、高齢者の方で転倒や何らかの動作で急激に腰や背中が痛くなったときには、かなりの確率で脊椎圧迫骨折を生じています。安静にしておけば痛みがおさまるのも特徴です。



骨粗鬆症は予防が最も大切です。一度脊椎骨折を生じると、背中や下肢の筋力が低下し、姿勢やバランス機能も悪くなります。そのため一旦骨折が治っても、再び他の部位に骨折を生じる確率がそれまでより格段に高くなります。また、骨折を繰り返しますと、肺炎や消化器の異常など全身合併症を生じ易くなり、寿命に影響することも知られています。

つまり、骨粗鬆症の人にとっては初めての脊椎骨折を防ぐことこそが、予防の上で最も重要であると云われているのです。

骨折をしてしまいますと、大腿骨頸部骨折では全身的な問題がない限り、まず手術を行います。手関節骨折や肩関節骨折でも多くのケースで手術を行います。脊椎では、安静とリハビリなどで治療しますが、頑固な痛みや神経の症状を伴う場合には手術が必要となることがあります。



大腿骨頸部骨折の手術



手関節骨折の手術



脊椎圧迫骨折の手術

一方骨粗鬆症のお薬は、一昔前に比べて大変治療効果が良くなっています。一定の期間飲み続けると骨密度は増加し、骨が強くなって骨折しにくくなります。また、背中や下肢の筋力を落とさないような運動療法も有効です。



老後をよりよく暮らしていくために、皆さんも早めに骨粗鬆症の治療に取り組んでいきましょう。

高血圧について

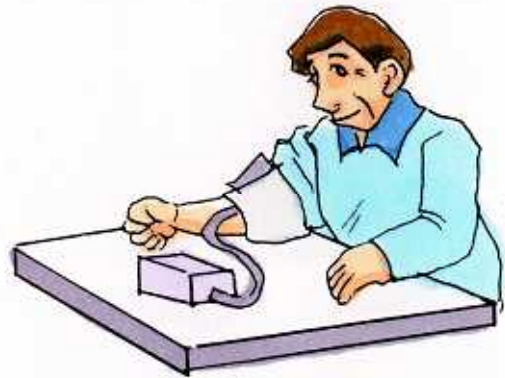
内科医長 升谷 宏



高血圧は日常診療で非常に遭遇する機会の多い疾病で、すでに罹患され治療を受けていらっしゃる方も多いかと思えます。高血圧は放置すれば動脈硬化を進行させ、心臓、脳、腎臓など重要な臓器を障害し、心筋梗塞、心不全、脳梗塞、腎不全を発症するリスクを高めます。発症早期や軽症高血圧の場合、自覚症状や合併症の進行がみられないことが多いため、放置されがちです。しかし初期の段階から医療機関を受診され、食事療法や薬物療法を開始することは合併症発症を予防するうえで非常に重要となってきます。

かつては年齢に100を加えた血圧値がよいとされていた時代もあったようですが、現在は **the lower, the better (低ければ低いほど良い)** で、血圧低下による立ちくらみなどの症状がなければ、**どんどん血圧を下げましょう**という時代です。日本高血圧学会のガイドラインでは血圧140/90mmHg以上が高血圧と定義されています。それ以下の血圧であっても、上が130mmHg以上、または下が85mmHg以上は正常高値血圧とされており、それ以下の方に比べ合併症発症のリスクは高くなるといわれています。

注意しなければいけないのが、仮面高血圧や早朝高血圧といった種類の高血圧です。日中の健康診断や外来での血圧が常日頃正常であっても、24時間血圧や**家庭血圧**を測ってみると、夜間や起床時に高血圧を呈している方が以外と多いのです。このような方も正常血圧の方に比べ合併症発症のリスクが高くなります。逆に外来では高くても病院外では正常という方もよくいらっしゃいます。従って、外来では患者さんにはできるだけ家庭血圧計で血圧を測っていただくようにしています(外来で測定した血圧はあてになりません!!)



高血圧は生活習慣病といわれていますが、遺伝的素因が関係していることも最近わかってきました。また高血圧の方の10人に1人は副腎や甲状腺などの病気から二次的に血圧が上昇する場合があります。これを二次性高血圧といい、このような場合は原因疾患の治療を行うことにより血圧は正常化します。特に今まで正常血圧だった方が急に高血圧となった場合や、若年の高血圧の方は二次性高血圧の可能性ががあります。

高血圧の方はもちろん、今まで高血圧を指摘されなかった方でも積極的に家庭血圧を測っていただき、140/90mmHgを超えるようであれば早いうちに医療機関を受診されることをお勧めします。

| 分類 | 収縮期血圧 | | 拡張期血圧 |
|--------|-----------|-----|-----------|
| 至適血圧 | < 120 | かつ | < 80 |
| 正常血圧 | < 130 | かつ | < 85 |
| 正常高値血圧 | 130 ~ 139 | または | 85 ~ 89 |
| 軽症高血圧 | 140 ~ 159 | または | 90 ~ 99 |
| 中等症高血圧 | 160 ~ 179 | または | 100 ~ 109 |
| 重症高血圧 | 180 | または | 110 |
| 収縮期高血圧 | 140 | かつ | < 90 |

成人における血圧値の分類

頸動脈エコー検査 ~あなたの大切な脳を守るために~

検査室 在長 和廣

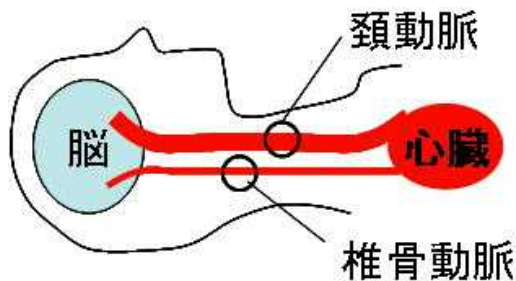


あなたの大切な脳を、脳梗塞から守るためには、どうしたらよいでしょうか？

脳梗塞は脳の血管だけが原因で起こるわけではありません。脳に入る前の首の血管が原因で起こることもあ

ります。脳に通じる血管は4本あり、首の前において太くてドクドクと拍動しているのが頸動脈、後ろ側において椎椎の中を通っていくのが椎骨動脈です。この内の頸動脈の場合は、動脈硬化が進行すると、血管がだんだんと細くなって血液が流れにくくなったり、細くなったところにできた血の塊(血栓)が、その先に流れていって脳の血管をつまらせることがあります。

そこで、超音波を使って血管壁や血管内の様子を観察するのが**頸動脈エコー検査**です。頸動脈エコー検査は、動脈硬化によって血管が細くなっている様子や血管内部の血流の状態を詳しく調べることができ、脳梗塞の危険性がどの程度かを評価することができます。



検査のときには特に痛みや苦痛はありません。上の写真のように首のところにゼリーを塗布し、プローブというものをあてて検査します。基本的に人体には無害ですから、定期的に検査を繰り返して行うことができ、検査結果を比較することができるという利点があります。



頸動脈エコー検査装置

頸動脈に病変があると、脳梗塞を引き起こす原因となります。軽い脳梗塞の既往歴のある方、脳梗塞が疑われる方、動脈硬化の危険が高い方(高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病がある方)は検査を受けられることをお勧めします。早めの治療で脳梗塞を防ぎましょう。

ご不明の点は、診察時にお尋ねください。

10月からのニューフェイス

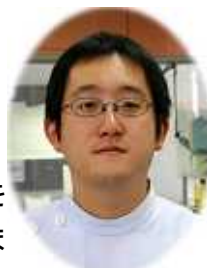
10月からの医師
2名を紹介します。

名 前
担当科・専門
出身地
抱負など一言



はら じゅんいちろう
原 潤一郎

内 科
金沢市
栃木県、新潟県を
経て珠洲に参りま
した。よろしくお
願いします。



せがわ たけし
瀬川 武司

整形外科
金沢市
美しい珠洲の町に
早く慣れ、地域の
方々のために努力
していきたいと思
います。

石川県地域医療支援センター 発足記念シンポジウム

9月7日(日)「ラポルトすず」
において「能登北部地域の医療の
活性化と住民の健康」をテーマに
シンポジウムが行われました。

金沢大学附属病院からは、富田
院長、太田副院長、山岸内科教授、
飛田副看護部長の4名。石川県か
らは、針田県参事兼健康福祉部次長。当市からは
泉谷市長と当院の波佐谷地域医療対策室長が参加
されました。



富田院長は開会挨拶で「皆さんがどのような医療や
大学病院からのバックアップを期待しているの
か。」「奥能登が医療の過疎地帯と言われているのを
どの様に解決していけば良いのかを皆さんと共に
考えたい。」と述べられました。

基調講演では、先ず、山岸内科教授が日本で増え
てきている動脈硬化疾患からどう健康を守るかに
ついて講演されました。次に太田副院長が珠洲市
総合病院(以下、総合病院)に外科医を1名増や
したことで、難しい胆道・腎臓・肝臓の癌手術が
総合病院で可能になったことなどを講演されまし
た。

また、お二人とも金
沢大学附属病院がバ
ックアップしている
ので安心して総合病
院に相談し頼って頂
きたいと強調されま
した。



公開討論では、泉谷市長
と波佐谷室長が総合病院
の経営や医師・看護師不
足の現状を述べ、医療の
充実を訴えました。富田



院長は、「**大学病院の医療資源には限界があり、皆
さんは、先ず総合病院で受診することが総合病院を
経営的にもバックアップすることになる。**」太田副
院長は、「総合病院を守るのは皆さんです。**病院を
育てる気持ち**でスタッフと良い関係を築いてほし
い。そこへ私たちも応援する。」と述べられました。
針田県参事からは、石川県は医師数が多い方が地
域のバランスが問題視されている。この支援センタ
ーは産学官が大学を支援する目的で設立し、大学と
県が一緒になって頑張っており、地域の頑張りもあ
って先進的な取り組みであるとのことでした。飛田
副看護部長からは、「**地元で十分力を発揮できる看
護師を育てる**ことが看護部門の地域への貢献の一
つではないかと考えている。」と述べられました。

客席は“スズなり”
の盛況で、会場に入り
きれない場合に備え
たサテライト会場に
も多くの方が入り、会
場を映す同時中継のモニター画面を食い入るよう
に見ていました。珠洲市に暮らす皆さんの医療に
対する関心の高さを感じました。



珠洲市総合防災訓練に参加しました

9月20日(土)に狼煙漁港を主会場として開催された「珠洲市総合防災訓練」に浜田脳神経外科医長、新出総看護師長、また、当院内に組織している災害看護チームから瀧山看護師が医療班として参加しました。



車両事故による救助救出訓練では、応急救護所で負傷者に対して傷病の緊急度・重傷度に応じて治療や搬送先の優先順位を決定する第二次トリアージを迅速・的確に行いました。



外来診療日程

平成20年11月1日現在

午前 受付時間 7:30 ~ 11:30 診療時間 9:00 ~ 12:30

| 診療科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|-----|--------------------------------------|-------|----|----|-----|
| 内科 | 1 診 | 波佐谷 | | | 原 | 波佐谷 |
| | 2 診 | 原 | 吉田 | 原 | 升谷 | 竹村 |
| | 3 診 | 竹村 | 升谷 | 吉田 | | 升谷 |
| 外科 | | 坂本 | 酒井 | 坂本 | 正司 | 酒井 |
| 呼吸器外科 | | 金曜日診療 小田/谷内/今川 | | | | |
| 小児科 | | 横山 | | | | |
| 耳鼻咽喉科 | | 志賀 | 榎田 | | | |
| 眼科 | | 鶴岡 | | | | |
| 整形外科 | | 羽藤・瀬川 | | | | |
| 産婦人科 | | 山城 | | | | |
| 脳神経外科 | | 浜田 | 玉瀬/吉田 | | 浜田 | |
| 泌尿器科 | | 月曜日診療(月曜日が休日の場合、火曜日診療) 成本/杉本/泉/栗林 | | | | |
| 皮膚科 | | 永岡 | | 永岡 | 藤本 | |
| 精神科 | | | | | | 西村 |

午後 受付時間 12:00 ~ 16:00 診療時間 14:00 ~ 17:00

| 診療科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|-----|------|---------|---------|---------|---|
| 内科 | 1 診 | 吉田 | 竹村 | 升谷 | 竹村 | 原 |
| 小児科 | | 三種混合 | 慢性疾患 | 健診・予防接種 | | |
| 耳鼻咽喉科 | | | 榎田 | | | |
| 産婦人科 | | | 産後2週間健診 | 健康診断 | 産後2週間健診 | |

都合により、一部変更になる場合があります。

編集後記

大学病院で若い医師(研修医)が一番学ばないといけないのは技術ではなく、相手を思いやる「医の心」です。
医師は患者・家族からの「ありがとう」の言葉があれば頑張れる。奥能登の皆さんが一番「ありがとう」をいう。
 と話す富田金大附属病院長の言葉が印象的でした。(シンポジウムにて)



小児科

- (月) 三種混合 15:00 ~ 15:30
- (火) 慢性疾患 14:00 ~ 16:00
- (水) 健康診断 14:00 ~
- 予防接種 15:00 ~

産婦人科

- (火)(金) 産後2週間健診 14:00 ~
- (水) 健康診断 13:30 ~

その他

- (水) 糖尿病予防教室 14:00 ~ 15:00
- (月) ~ (金) 医療相談

救急患者は、表示時間に関係なく診療いたします。

午後の新患は、できるだけ15:00までに受付をお願いします。

