

石井クリニック だより

第26号

医療法人 葦の会
石井クリニック
発行責任者 野口英雄
編集責任者 武田光宏
〒361-0037
埼玉県行田市大字下忍1089-1
TEL(048)555-3519



理事長 石井義則

皆様ご存知のように、当法人では現在プロサッカーJ1アルビレックス新潟、プロバスケットボールB1埼玉ブロンコス、メデイカルサポートをしております。選手の障害・外傷治療の裏方として、現場を見ると勉強することが多くあります。まず、選手ですが自己管理の徹底です。サッカーは90分間、バスケットは40分間に自分の持っているものをすべて試合に出せるよう選手自身コンディショニングをします。特に試合直前の緊張感、ヒシヒシと伝わります。一方、その裏方のスタッフは、80分、90分間の選手の最高の舞台をお膳立てするために半日以上前から会場作りや数時間前からマッサー・テーピングの補助を行います。特に厳しいと感じるのは、選手生命の短さです。私自身アルビレックス新潟が発足当時から関わっており、監督も3人代わり選手はすべて入れ替わりしました。



そんな選手の姿を、医療・介護のプロとして自分たちに重ねて考えると、患者さんや利用者の皆さんにプロとして最高の知識や技術を提供するためにプロスポーツ選手同様に、我々も日々の努力を続けなければと痛感します。特に私自身外科医者として、手術

時間1時間でもそのための前日からのスタッフの機器の準備や麻酔医の協力などにも感謝の気持ちを忘れないようにと肝に銘じております。スポーツ選手が10年前の技術が通用しなくなるように我々も日進月歩の知識や技術の習得が必須なのです。医療介護はスポーツと異なり勝ち負けはありませんが、とかく独りよがりになりがちな考え方や技術を学会や論文を通して第三者に評価してもらうことも大切です。スポーツの華やかな表舞台に隠れた日々のトレーニングの必要性と同様に、医療・介護現場でも当法人に関わる患者さんや利用者の方の笑顔を頂くためにスタッフ一同、知識・技術の習得に邁進し続けて参ります。この新聞が発刊される頃はB1の行田開催が成功裏に終わっていることを祈念します。写真は昨年の埼玉スタジアムで行われた浦和レッズ戦です。



bjリーグ
2007-2008



院長 野口英雄



新潟市内にオープンしたbjリーグ公認バスケットボールコートnBb-1on1 新潟市紫竹山1-10-17



行田で対戦する(した?)、東京アパッチのポイントガード青木選手。右は新潟アルビレックスBBの神田取締役。



東京アパッチの社長、元西武ライオンズ東尾修氏と。

年の瀬も押し迫った昨年12月28日の夜、プロバスケットボール発祥の地である新潟市でbjリーグオールスターゲームの前夜祭が、試合会場となる朱鷺メッセの隣りの日航ホテルにて開かれました。前夜祭に先立つ午後3時、同じく新潟市内でbjリーグ公式バスケットコートであるnBb1on1のオープニングセレモニーが行われ、リーグ関係者が続々と詰めかけて小雪のちらつく新潟に熱いオールスターゲームの興奮を予感させます。午後7時に河内敏光コミッショナーの挨拶で前夜祭が開会しました。出場選手、監督だけでなく各チームの社長他関係者が一堂に会して盛り上がりを見せました。3月29日に行田市グリーンアリーナで対戦する東京アパッチの選手、監督とも早くからエールの交換をしたり(写真参照)、

NBA評論家でありバスケットボール解説者でもある島本和彦氏とも交流することができました。みんなスポーツマンなので夜にも強く、意気投合した沖繩の社長やブルンコス関係者、新潟の選手たちと四次会、午前2時過ぎまで語り合いました。さすがに私は翌日までに疲れを残してしまいました。最後まで一緒にいた新潟のK選手は翌日のスラムダンクコンテストにも出場し、ゲームにも出てMVPまで獲得してしまいました。さすがの若さだと思いましたが、よく思い出してみると彼は最後までアルコールに手を出すことはなく、若いのに自制心もしっかりしている。と改めて感じました。肝心の試合はとうとう開始早々埼玉のゴードンと大志郎の意表をつく速攻が面白いように決まり、第1Qで37-16と一方的にリードした。イーストが121-94で圧勝しました。来年は大大分で開かれるそうです。オールスターは選手、関係者がプロスターに感謝する祭典。選手の強さ、礼儀正しさ、温かさを感じた2日間でした。

代替医療(接骨、整骨、整体、はり、灸、カイロプラクティック、マッサージ等)について

武田先生

当クリニックを訪れる患者さんにも代替医療を受けていたという方が結構います。代替医療とは次のように分類されます。1.法に基づく：A.あんま、マッサージ、はり、灸、主に腰痛、肩こり等の慢性疾患を扱う。B.柔道整復師(接骨、整骨師、ほねつぎは同意語)→打撲、捻挫、脱臼、骨折等の外傷を扱うが脱臼、骨折の場合は応急処置を除き、「医師の同意」が必要。2.法に基づかない：カイロプラクティック、整体等々です。

代替医療を受ける理由として、(1)医師および行政側からの正しい医療情報の提供不足(2)周囲にこのような施設が多く、気軽にかけられるという時間的、心理的安易さにひかれて(3)自然治癒力に期待して痛みをある程度、我慢しなさいという医学的正当性に対し、例えば一時であろうが何か手を加えて痛みを和らげてくれることを求めて(4)高い料金を支払った方が良好な効果を得られるという錯覚と自己満足もあるのでしょうか。運動器(筋骨格系)の痛みを訴える患者さんを対象とするという観点からすれば、代替医療と整形外科は同じ立場にあります。代替医療は代替医療の教育を受けていることはほとんどなく、その有効性については疑問視しています。例えば、痛い部位に手をあてたりすると痛みが和

らく(プラセボ効果といえます)のを経験しない方はいないでしょう。このような面もあることを知っておく必要があります。

患者さんが医療を信頼するか、代替医療を信頼するかは自由です。また正しく法に従った施術を行っている業者がいることも認めます。しかし一般の患者さんにはその判断は難しいと思います。従って、私たちは「患者さんがいくからしかたがない」ということではなく、医療と代替医療の違いを正しく国民に啓蒙する義務があると感じます。そのためにも、整形外科医も代替医療の治療手技や概念に幻想や偏見を抱かないためにも、ある程度理解し、患者さんの質問や希望に対して的確に説明や指導することが求められます。代替医療と整形外科は決して相容れない間柄ではなく、運動器(筋骨格系)の痛みを訴える患者さんを治療する点で目的は一致し、互いに補完するものです。すなわち、整形外科医にとつて今後重要なことは、疾患の病態と診断を明確にした上で従来の整形外科的治療法に加えて、代替医療との比較検討を行い、患者さんにとってより良い治療法を提供することであると思っておりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

手術件数3000例突破!!

看護課 土屋 千鶴

当院は今年で「開院10周年」を迎えました。

手術件数も年々増え、昨年12月末に3000例を突破しました。これも患者さんが信頼して当院での手術を選択して下さった結果であり、大変感謝しております。

この節目を記念して2月9日雪の降る中、さいたま新都心でパーティーが行われ、手術に関わってくださった先方、スタッフのみなさんに参加して頂きました。そして開院当時の思い出話に花が咲き、笑いあり涙あり...思う存分労をねぎらい語り合う素敵な会となりました。

これからも増え続けるであろう患者さんのために確実な手術をして行きましょうという理事長の言葉に、改めて身の引き締まる思いでした。

これからも患者さんにやさしく、緊張感を少しでも和らげられるような、雰囲気作りを心掛けて行きたいと思っております。

サプライズに大感激!!

手術器械メーカー(ジョンソンエンドジョンソン株式会社)の渡辺さんから、ボンマーク入りの大きなケーキを頂きました。



MRI装置導入祝一年

レントゲン 石井

月日が過ぎるのは早いもので、当院にMRI装置が導入され、一年が過ぎました。この一年間で、二五〇〇件以上のMRI検査を行い、検査を受けられた患者さんには、より良い医療を提供出来たのではないかと思います。

さて、MRIというと、一般的に金属はNGと言われています。しかし整形外科では手術により人工関節など体内に金属を入れている患者さんが多いのも事実。

「腰が痛いけど、人工関節の手術をしてほしい...MRI検査は無理かなあ?」
と考えていませんか?

結論から先に言いますと、体内金属が有っても当院でMRI検査は可能です。この二年で五十件以上、そのような患者さんを検査しています。

ただし、痛い場所と金属を入れている場所が近い場合、金属により画像が写らない場合もあります。

MRI検査は、時間はかかりますが、とても有用な検査。

自分で「無理だろう」と決めつける前に、わからないことや不安なことがあれば、気軽に当院放射線技師にご相談ください。

第2回野球塾開催

NPO法人運動器疾患総合研究所では昨年度に続き2月1、8日の2日間、石井クリニック内「元気いっぱい」で「第2回野球塾」を開催しました。当日は選手(中学生)・社会人から指導者、保護者も多くの方が参加してくださり、午後7時から2時間かけて行った講義と実技があつたという間に終わりました。また、今回は障害予防教室初の試みとして、参加者の方々に実技内容のDVDも配布しました。

1日目は「良いフォームとは何か?」というテーマの中で、「なぜ肘を下げて投げるのはよくないのか?」などの現場の声に対して実技を交えながら講義していただきました。聞きなれない言葉もあつたと思いますが、参加者はみな熱心にメモをとっていました。実技ではストレッチを行いました。実技ではストレッチをしてみると左右の硬さに違いがあつたり、目的とする筋肉が伸びていなかったりと、いつもは何気なくやっていたストレッチの重要性を分かっていた、ただけだと思えます。

2日目は「ウォーミングアップ・クールダウンの目的と方法」、「応急処置」について実際にアイシングを体験していただきながら、講義させていただきました。自分が中学生の頃は友達と話しながらだらだらとウォーミングアップをして、肩や肘の痛みを悩



理学療法士 諸澄孝宜

んだ時もありましたので、自分と同じ経験をしたいために今回も今更なことをぜひ実践して障害予防を心がけてもらいたいと思います。また、実技では筋力トレーニングとして「腕立て伏せ」や「チューブトレーニング」を行いました。筋力トレーニングは正しい方法で鍛えたい筋肉を意識して行うことが大切となるので、シーズン直前のこの時期にしっかりと確認してもらえたいと思います。

石井クリニックでは、障害予防教室を通して多くの方が障害予防への理解を深め、実践し、一人でも多くの選手が大好きな野球を怪我なく楽しみ、よりよいパフォーマンスを発揮できるように、今後もサポートしていきたいと思っております。野球塾は定期開催だけでなく、チーム向け野球塾も随時募集していますので、要望・疑問等ありましたらスタッフまで気軽に相談ください。



「元気いっぱい」実践の「元気」の1日の流れ

石田 真由美



詳細は生活相談員または受付までお問い合わせください。尚、見学も随時受け付けております。 スタッフ二回心よりご利用をお待ちしております。

【認知症】新時代へ

居宅介護支援事業所 ステップアップ

受診するタイミング

- どうも最近同じことを言うし、さつき聞いてきたことをまた聞いてくる。
- 話が少し複雑になると理解できなくなる。
- 同時に2つ言ってもひとつしか伝わらない。
- 話の中身がまたるつこしくて何を言いたいのかわからない。
- 身の回りに無頓着になってきた。
- 自分から動こうとしなくなってきた。

● 段取りや計画を立てることが不得意になつてきた。

「ほけっ」も心は生きている!

在宅で認知症の人を介護する場合「認知症を助けない、隠さない」ことが基本で一人や家族だけで介護せず、地域の人もなり、いろいろな制度を使うことが必要です。

地域では、認知症の方を介護している方達で集まり、日頃の介護のつらさやこつとするとよかつたよなどのひらめきを話し合う会も開催しています。近所付き合いや一人一人のちよつとした支え合いが大切と考えます。

また、どんなにひどい認知症の人で言葉が言えなくても気持ち、感情はいつまでも残っています。分からないからといって暴言を吐いたり、無視をしたりせず、尊敬をもつてお話をしていきたいものです。

認知症は、社会全体で支えあう時代へと変わりつつあるのです。

お料理もう一品 栄養・給食係

里芋のずんだ和え

- 材料 里芋……………300g
 (4人分) 茹でた枝豆(剥き身)……………400g
 (A)醤油……………大さじ2
 砂糖……………大さじ5
 酒……………大さじ1
 塩……………少々

■作り方

- ①茹でた枝豆をつぶしておく。
- ②里芋の皮を6面に剥き、塩水で茹でる。
茹でた里芋を水で洗ってぬめりを除く。
- ③茹でた里芋に枝豆を混ぜ、(A)を加えて味を付ける。



新年会開催について

医事課 佐藤 美菜子

東京都にある「椿山荘(ちんざんそう)」にて、平成20年1月13日に、石井クリニックの新年会が開かれました。

石井クリニックは地域の皆様や日頃お世話になっている取引業者様に支えられ、開院10年を迎えることができました。

10年を振り返りながら行われた新年会の会場から見渡す景色は高層ビル群に囲まれる都心でありながら緑にあふれ、石井クリニックの理念である「診療所としての温かさを持ちながらレベルの高い医療を提供する」と重なるところがあり、再度クリニックが提供すべき医療について確認する事が出来ました。今後ともよりよい医療を提供していきたいと思えます。



消防訓練について

医事課 柴崎 智子

去る1月22日「医療法人 葦の会 石井クリニック」にて、中央防災の指導のもと、入院患者様のご協力もあり、約30名の参加で消防訓練が行われました。

避難訓練では、各課ごとに確認場所を決めるなどし、患者様や利用者様に対し誘導がスムーズに行えるように緊急時に備え確認しました。初期消火訓練では、各課代表者数名が実際に水消火器を使い訓練を実施し、消火器の使い方を再確認する良い機会となりました。いつ発生するかわからない災害に備え、確実な対応をするために繰り返し訓練をしていきます。



4月～7月学会予定

- 5月22日(木)～5月25日(日)
日本整形外科学会学術集会
札幌
- 5月29日(木)～6月1日(日)
ヨーロッパ整形外科学会
フランス ニース
- 6月13日(金)～6月14日(土)
日本膝関節・関節鏡学会
品川
- 6月20日(金)～6月21日(土)
日本足の外科学会
新宿

外来診療医師担当表(整形外科・リハビリ科)

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
8:30～12:00 午前Ⅰ	武田	野口	石・野	武田	石井	石井 野口	石・野・武
午前Ⅱ	石井	石井		野口	武田	武田	
午後Ⅰ	武田	武田	野・石	石井	野口		
午後Ⅱ	野口	石井		野口	武田		

※日曜日午前診療を9時から11時まで実施します。
 ※水曜日午後診療を16時から18時まで実施します。
 ※内科外来・肩外来・リウマチ外来を月1回行っております。
 詳しくは受付までお問い合わせください。

武田医師 野口医師

編集後記

つらつらかな日差しに心浮き立つこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？

桜の便りも聞かれますが、花粉症の季節でもありません。様々な予防品も市販されていますが、衣服を払う・手洗いうがいをする等、出来る事から実行しては如何でしょうか。