

石井クリニック だより

第29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

新年明けましておめでとう！

理事長 石井 義則

ランナー... プロンクス2008・12

院長 野口 英雄

皆様はどのようなお正月をお迎えでしょうか？医療法人葦の会もお陰様で12年目を迎えることができました。昨年の医局は世界を相手にしての学会発表のラッシュでした。3月のサンフランシスコ、5月のニース、9月のブラジル、10月のソウルです。いずれの発表も大好評でその詳細はホームページに掲載されております。ハード面ではレントゲンのフィルムレスシステムを導入し、業務面の効率化や患者さんへの待ち時間の短縮に大いに貢献しました。次のステップである電子カルテ導入の足がかりになると考えております。

介護部門では介護スタッフの充実や医療的リハビリの提供が地域にも認知され始め、利用者の方の増加に繋がりました。今年4月の介護報酬の改正ではスタッフの充実度や介護リハビリに対して新たな評価が加わるようです(現時点では詳細不明ですが)。当院の現在実践する介護システムを国が目指すシステムとしてしっかり認め頂けるよう嬉しき限りです。さて、今年始まる新たな展開としては、リウマチを担当して頂いている伊藤先生のご尽力で県立呼吸器センターとの病診連携が確立し、リウマチ治療で新たな薬剤の使用が可能になります。当法人のリウマチ治療の格段の充実が期待されます。また、看護部門の充実としてはヘルパーから准看護師へ

(2名)、准看護師から正看護師へ(2名)とステップアップしたスタッフがおられます。また、PT、OTの増員、介護スタッフの増員など更なるソフトの充実を図ります。こういった取り組みが少しずつですが評価され始め、院長の野口が足関節鏡、リハビリ科の木賀PTが人工膝関節の術後リハビリプロトコル、私石井が手関節創外固定器の教科書を分担執筆します。それぞれ年内には発刊の予定です。どのような職業であれ、同業者が目を通す教科書を手掛けることはこの上ない名誉であることは紛れもない事実です。

医療・介護の世界は大きくは景気に左右されませんが、受診抑制や利用抑制など間接的な影響は少なからず受けます。そういった背景下でも葦の会は、皆さんからしっかりと評価を頂けるよう今年の干支の丑の如く一歩一歩着実に「あゆみ」を前に進めて行きたいと思えます。本年もよろしくお願います。写真
はソウルでの学会中、運動解析で世界的に有名なフロリダ大学のBanks先生を囲んで夕食の一品です。



4年目に突入したbjリーグ。埼玉ブロンコスをサポートして3年目、全く個人的な立場から今シーズンの戦いをレポートします。10月25日 前週富山で2連勝と勢いに乗って今季高松から移籍した#2ウォーレンが次々とシユートを決めていきます。新潟も主戦に成長した池田選手(実はかなりのイケメン)の3Pが憎らしいほど決まり、前半は49-42と膠着。しかし3Qには#10庄司選手の効果的な得点で優位に立つと、4Qは#8北向選手の3P5本!という一人舞台。97-80で4年目にしてホーム開幕初勝利!翌26日も新潟戦。ブロンコスは高い位置からブレッツィヤをかけてパスミス誘い、速攻で決めます。シユートを打たれず得点するので見ていてとっても安心。後半に入ると新潟は小菅選手の個人技で次々とカッティンを決めてきます。3点差まで迫られましたがこの週末は北向選手のものでした。4Qだけで15点を稼いで86-76で開幕4連勝!北向選手は2試合で52点を上げ、リーグの週間MVP獲得です。

11月2日 テレビでも引つ張りだこの、バスケットボール選手として世界最高身長236cm孫明明(スー・ミンミン)選手を擁する浜松・東三河フエニックスとの一戦。3年ベンチ裏から見続けている私でさえ、写メ撮ってしまいました(汗)。でかいです。彼をハイポストに置いての3-2ゾーニングが外に張り出せるためパスがエンドまで回せません。3Qまで56-63と劣勢に立たされたものの、4Qにカッティンで孫選手の後ろへ回ってのレイアップが奏功し始め、ディフェンスが小さくなれば外角からシユートが決まり81-81で今季初のオーバertime。こうなると追いついた方に勢いがあり、93-89で5連勝!11月16日 夢の5連勝から4連敗と一気に調子を落としてしまったの東京戦。この2週間何があったのか?選手のコンディショニング面は変わりません。ディフェンスも悪くありません。しかしシユートが入りませんか?野球でいうスランプでしょうか?前半40-48でも敗色濃厚です。しかし後半#9安藤、#15寺下両選手が入ると試合は締まり、献身的なディフェンスがチームに力呼びます。二人合わせて23点挙げても73-73でオーバertimeまでが一杯。結局80-83で5連敗。



勝利目前!盛り上がるベンチ(手前後ろ姿)

11月22日 西地区で最下位と苦しんでいる大分戦。1Qこそがむしやらにやってきました大分に15-24とリードされますが、落ち着けばこっちのもの。インサイドで優位に立ち、3Qに58-51と勝ち越すとそのまま75-64で勝利。ようやく連敗を止めると、翌23日も65-63で連勝。貯金が2つになりました。

12月5日時点で8勝6敗、東地区2位です。今年こそブレイクへ!

ISTIA学会と膝関節鏡手術研修

in ソウル

武田 光宏

2008年10月1から4日に韓国のソウルでISTIA (International Society for Technology in Arthroplasty) という人工関節の学会で発表して参りました。石井理事長は当院で開発した駆血帯に関する口演発表で、自分は人工膝関節置換術後の内、外反韧带バランスの経時的变化についてのポスター発表でした。これも貴重なデータを皆様から集計させていただいたおかげと協力に感謝いたしております。発表後は当院と共同研究しているフロリダ大学のバンクス先生と三箇島先生を交えて、本場韓国の焼肉に舌鼓を打ち、有意義な時間を共有させていただきました。ソウルは飛行機で2時間で着きますし、今はウォン安です。是非機会がありましたら、一度訪れてみてください。

そして、学会の合間にサムソンメデICALセンターのAhn先生の下で膝関節鏡の手術研修も同時にして参りました。韓国における膝関節鏡の第一人者のAhn先生は、日本ではほとんど行われていない膝関節の後方から関節鏡の刺入口を作成する方法の先駆者で、そのコツやポイントを直伝していただきました。この方法を用いることにより、膝の後ろの水を針で抜くしか手立てがなかった患者さんを手術的に完治させることが可能となります。また、Ahn先生は半月板縫合において

も、神戸大学の黒坂教授いわく神の手と言わしめるほどの類まれなる技術をお持ちで、これまた日本ではあまり使われていないスーチャーフックという器具を使用して、大きな皮切を作ることなく、一ヶ所1cm程の小さな傷が数ヶ所で半月板縫合を行う画期的な方法を伝授していただきました。従来の方法では半月板を縫合することは困難と判断して切除するしか手立てがなかった患者さんに、この方法を利用することにより半月板を縫合して、その機能を温存できる可能性があり、ひとすじの光がもたらされます。今後、当院にいらしてくださいる患者さんへ自分が習得してきた技術がお役に立てれば幸いです。



白衣とともじ、心機一転!

看護課 看護課

11年目を迎える今年、白衣が新しく替わるようになりました。4代目に選ばれた白衣は大人のイメージ漂う白衣となりました。平成10年の開業時は、ナースのお仕事というドラマが流行して主役の観月ありさんが着ていた白衣を着ていました。その後YUKIKO HANAのブランドの白衣に替わりました。襟にリボンがついて、ワンピースからスカート、パンツスタイルを選べるようにしました。その3年後は今まで着ていたスタンダードな白衣です。スタッフの中にも着替えがしやしい、ボタンは取れてしまうので、ファスナーの方がいいという意見が多かったためです。やはり毎日着る物ですから3年もたつと生地傷みなどありまして、今

回新しい白衣について検討したわけです。平成13年の看護研究の調査からも白色清潔感というイメージが看護師、患者ともに多くみられ、制服に求められているものは、看護師、患者とも年代の相違なく、機能性・清潔感であるという結果が得られました。一般に白色から白衣は清潔な印象を与えているようです。白色は美・清潔・潔さの象徴であり日本人が最も好む色であると考察されました。今回の白衣はオンワード樫山のもので、今までの白衣とは違って、襟のない斬新な形で当院のマスクットであるボンちゃん刺繍を左腕につけ、石井クリニックとしての統一感をだしてみました。これがその白衣です!



明けましておめでとうございます

放射線科 石井

「光陰矢のごとし」とはよく言ったもので、また新たな年になりました。本年度も放射線科スタッフ一同よろしくお祈いします。さて、新年最初のこの欄に何を書こうかと悩みましたが、初回は少し脱線して私の最近始めた趣味のお話。気楽に読んでください。何を始めたかといいますが、「クライミング」崖や人工壁などを登るあれです。とはいってもそこは初心者。「登る」というより「しがみつく」という表現のほうが正しいかもしれません。最初は自分の体力の無さにびっくりしました。しかし、始めてから数ヶ月。亀のごとく少しずつですが上達してきたことを実感し嬉しいこの頃です。本年度もひたすら登りレベルアップをはかろうかと計画。目指せ! 『スパイダーマン』!

新年は何かを始めたり目標を立てたりするのは絶好の時。ぜひ新しいことに挑戦してみようでしょうか? スポーツ、勉強、趣味なんでもいいと思います。大切なのは継続すること。ただし季節は冬真っ盛り。スポーツ前にはしっかりと準備運動をしてケガをしないようにしましょう。



ウォーキング教室 開催中

植田 智美

新年、明けましておめでとございます。まだまだ寒さの厳しい日々が続きますが、寒さに負けず散歩をしている方は多いのではないのでしょうか。

昨年、十月より地域の方を対象とした『ウォーキング教室』を月に2回開催しています。『安全に・楽しく・効果的に』ウォーキングするにはどうしたらいいのだろうか？そんな素朴な疑問をみんなで考え学んでいます。参加者はウォーキングを現在



している・していない、これからしようかなあ…など様々。その目的も健康の為・ダイエット・はたまた犬の散歩をしなくてはいけないから…など、これもまた様々です。そんな様々に對して各回講義と簡単な運動を行い、見て・考えて・体験していただいています。

早いもので、全八回のうち半分が終わりました。はじめは知らない方が集まっていたこともありますが、回を重ねるごとに笑顔が増え会話が弾み、毎回笑いあり涙あり??楽しく行っています。

残り半分の回が楽しくかつ皆さんの役立つ内容となるよう、気分を入れていきたいと思っております。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



バレーボール教室 開催しています

関谷 進

こんにちは。リハビリテーション科2年目の関谷進です。12月になり寒さも厳しい季節になってきました。今回、ママさんバレーの50代チームを対象に、

バレーボール障害予防教室を開催しています。つまり五十路チームです。最近、流行語大賞になった、「アラフォー」こと、40代の女性たちが活躍していますが、50代もまだまだ現役です！「生涯現役、生涯怪我なくスポーツを続けよう！」という事を目標に全8回教室を開催しています。内容として、ウォー

ミングアップ・クールダウンの仕方や、トレーニング方法、さらに栄養管理まで行い、皆さんの生涯スポーツを支えていきます。また、今回はバレーボールのVリーグでも活動していたトレーナーの方を特別ゲストに迎え、テーピング講習も取り入れた充実した内容になっています。意外と知らない自分の身体の状態や、身体の使い方なども分かりやすく知って頂けると思っています。



新年を迎えて

笑顔いっぱいショートステイ

新井 恵

明けましておめでとございます。本年もよろしくお願ひいたします。笑顔いっぱいショートステイでは、多床室(4人で一部屋)が20床と個室が10床の30床の短期入所生活介護施設として、昨年の9月で開設から一年が過ぎました。

多床室では、「一人では少し寂しい」という方や「たくさんの方とお話してみたい」という方には、広いスペースの中で賑やかに過ごしいただき、個室では個別ユニットケアを実施し、できる限りご自宅で過ごしている様な環境を整え、利用者様お一人お一人のペースでゆったり過ごしていただけたらと思います。昨年中も、病院から退院してすぐに在宅での介護が不安な方、ご家族が旅行や外出で介護ができない時など、様々な理由でご利用いただくことができました。

今年も、利用者様が少しでも楽しい時間を過ごし笑顔になっていただけるよう、毎月一回の行事を企画しております。

高齢化社会の中で、地域の皆様から「笑顔いっぱい」という施設があっただけでよかった」と、いつでも頼りにしていただける施設を目指して職員一同努力していきたいと思ひます。

介護保険サービスを利用するには

居宅介護支援事業所ステップアップ

金子真貴子

新年あけましておめでとございます。今年も利用者様の在宅生活を応援させていただきます。どうぞよろしくお願ひします。

介護保険サービスを利用するには、「要支援・要介護認定」の申請が必要になりますので、お住まいの市町村介護保険担当窓口へ介護保険証(2号被保険者の場合は健康保険証)とともに提出してください。ご本人やご家族が申請に行くことができない場合は、地域包括支援センターや指定居宅介護支援事業所、介護保険施設などで代行できます。

その後、心身の状態を調べるための市町村職員による聞き取り調査を受け、主治医に意見書を作成してもらい、それらをもとに介護の必要性や程度について審査が行なわれ、「非該当」「要支援1,2」「要介護1~5」の結果が市町村から通知されます。介護保険サービスを利用するには何をどのくらい利用するか計画書の作成が必要で、担当のケアマネージャーと話し合い、計画書に基づいたサービスを受けることが可能になります。介護についてのお悩み、市町村への申請等お気軽にご相談ください。

お料理もう一品

栄養・給食係



鱈の紅白揚げ

■材料 一人分

- 鱈……………1切
- しし唐辛子……………2本
- 大根……………40g
- 薄力粉……………10g
- 卵……………5g
- 食紅……………少量(人参のペーストでも可)

■作り方

- ①卵をよく混ぜ合わせ冷水を加え、粉を一度に加え、太い菜箸でざっくり混ぜる。
- ②鱈の半分は①の衣をつけ、残りの半分は食紅を加えた赤い衣をつける。
- ③油を170～175℃に熱し揚げる。途中で裏返し約2～3分揚げる。
- ④しし唐辛子も同様に揚げる。
- ⑤揚げた種は網に並べ油をよくきる。
- ⑥大根をすり大根おろしを作る。
- ⑦和紙を敷き皿に盛り大根おろしを添える。

脳卒中のお話

脳神経外科 小澤 常徳

「脳卒中とはどんな病気ですか？」とよく聞かれます。脳卒中の「卒」は突然の意味で、「中」は当たるといふ意味で、突然何かが当たったように脳の症状が出ることを脳卒中といいます。中気(ちゅうき)、中風(ちゅうふう)、ちゅうぶ)も脳卒中の意味です。

脳の突然の症状には、片側の手足の麻痺やしびれ、ロレツ不良、めまい、意識障害、頭痛などがありますが、これらの症状が入った時、廊下を歩いている時、食事を終わった時など、何か行動をしている時に出ることがあります。一方、朝起きたらしゃべれなかった、歩けなかった、など何時起きたか判らないこともあります。これらは全て脳卒中の症状です。

その原因は大きく出血と梗塞に分けられます。出血には、血圧が高く脳の組織の中に直接出血する「脳内出血」と、脳の表面を走行する動脈のコブ(動脈瘤)が破裂して、脳を覆うクモ膜と脳の間で出血する「クモ膜下出血」とがあります。「クモ膜下出血」は、ご存知の通り怖い

い病気です。出血量によっては即死となったり、病院に運ばれても手術もできない人が1/3の患者さんにあります。手術で完全に元通りになる人も1/3いますし、後遺症が残る人も1/3程です。僅かに5mm程度の動脈の膨らみですが、これほどの小さい病気でも人が亡くなる病気は他にないでしょう。

脳の血管が詰まる脳梗塞には、脳の太い血管や頸動脈そのものがコレステロールなどで徐々に詰まってしまう「脳血栓症」と、不整脈で心臓の中に血の固まりができて、それが脳の血管に飛んで行って詰まらせる「脳塞栓症」があります。「脳血栓症」は、高脂血症、糖尿病、メタボリックシンドロームの結果に起こるものですので、これらの予防と治療が重要です。「脳塞栓症」は特に心房細動と呼ばれる不整脈で起こり易いので、心臓の医師とよく相談する必要があります。

脳卒中になってしまったら、リハビリをしっかりすることが一番です。そして、2番卒中(脳卒中の再発)にならないように薬をきちんと内服しましょう。最近では、脳ドックのMRI検査で脳卒中の原因を病気になる前に発見できるようになり

ました。当院でも可能ですので、ご相談下さい。

脳ドックでは、この動脈瘤を破裂する前に発見するという大きな意味があります。

イルミネーション

昨年の11月中旬より、毎年恒例のイルミネーションが点灯されました。

玄関や中庭等にイルミネーションが飾られ、夜には暖かい明かりが灯されます。そして、瞬く間に冬の季節感溢れる石井クリニックへと姿を変えました…。



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	武田	野口	石・野	武田	石井	石井	石・野・武
午前Ⅰ	石井	石井		野口	武田	野口	
午前Ⅱ	武田	武田	野・石	石井	野口		
午後Ⅰ	野口	石井		野口	武田		
午後Ⅱ							

※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：武田医師
野：野口医師

編集後記

新年明けましておめでとうございます。
 昨年一年間ご愛読頂きましてありがとうございます。
 インフルエンザ流行の兆しもうかがえます。手洗い・うがいを心がけ、今年一年健康に気をつけてお過ごし下さい。

