



第63号

ぽっかぽか

函南病院新設部



腰痛の不思議

整形外科医師 吉本 誠吾

腰痛で整形外科を受診される方は大変多く、これをご覧になっている皆様のなかでも腰痛でお悩みの方は多くいらっしゃるかと思います。日本整形外科学会の調査では、日本では腰痛の人は約3000万人いると推測され、日本人の約8割が生涯の内、一度は腰痛を経験するとも言われています。症状の出方は様々ですが、痛みが激烈であることも多い割に、なかなか周りからは理解されないことも腰痛の辛いところです。

痛みの原因を特定できる腰痛を「特異的腰痛」、特定できないものを「非特異的腰痛」と名付けられているのですが、事実、特異的腰痛は全腰痛のうちただか15-20%程度であるという報告もあるくらいです。凄まじい痛みでびくびくして病院へ駆け込んだものの、明らかな異常は指摘できません、と医師に言われ愕然とした経験をお持ちの方もいらっしゃるでしょうが、それはこの「非特異的腰痛」に分類されるものとお考えください。

そんなにつく腰痛ですが、怖い病気の症状として出現することがあり油断はなりません。怖い腰痛として代表的なものに、感染、血管系の病気、腫瘍、骨折などがあります。同じ腰痛でも、これらが原因として起こった腰痛の場合には普通ではない症状が起こることがしばしばです。まず痛みですが、なんとなく痛いかな、というレベルではない激痛で、休んでも痛みが取れないことがほとんどです。感染や腫瘍などの、局所ではなく全身に関わる疾患であった場合には、体重減少や発熱などをしばしば伴います。また、脊椎の中には神経が通っており、脊椎の病変が神経まで進展した際には四肢に麻痺や感覚障害、排尿障害などを来たす可能性があります。これらの特徴に当てはまるような腰痛を自覚された場合は急ぎ医療機関へご相談ください。



日常的に多く診療する非特異的腰痛に関して、ここではここ数年で考え方が大きく変わっています。上記のような危険な腰痛を除いても、腰痛とくればとにかく安静、というのが昔の主流で、かつてそのような指導を受けた方もいらっしゃると思います。激しい痛みが発症して間もない期間は、落ち着くまでしっかりと安静にすることが重要なのは今でももちろん変わりありません。ただし、危険な腰痛の可能性が除外できたらうで、痛みがピークを超えて軽快傾向に向かう段階では、勇気を出して日常の活動を再開することで頑固な腰痛に繋がるリスクを減らせることが様々な研究で判明するようになりました。痛みを恐れるあまりそれがストレスになり、痛みをさらに過剰に感じる悪循環に入ることがわかってきており、過剰な安静は思考が痛みに囚われてしまうため、腰痛が難治化する恐れがあります。前向きに、活動的な生活を送ることで痛みを忘れられる時間を少しずつ多くすることが、症状の慢性化の予防につながることを、ぜひ皆様知ってほしいと思います。

まず第一に危険な腰痛を見逃さず、それに当てはまらない腰痛は長引かせない。二足歩行動物である人間の宿命とも言える腰痛に、これからも共に立ち向かってまいりたいと思います。

急性期治療を終え、病状が安定していても在宅や施設に帰るには不安がある患者さんを主に受け入れ、リハビリや経過観察を行いながら在宅復帰支援を行う機能と役割を持つ病棟となります。当病棟は在院日数が60日以内という縛りがあります。その中で患者さんやご家族の意向を伺いながら住み慣れた地域で切れ目のない支援が受けられるよう、いかにサポートしていくかがポイントとなります。そこで重要となるのが多職種協同での退院支援です。入院中は定期的に医師、看護師、薬剤師、

セラピスト、相談員、退院支援看護師など多職種でカンファレンスを行い、院内外の関係職種で連携を取りながら知識や情報を共有し、その人らしく生きられるお手伝いができればとスタッフ一同研鑽しています。

退院後も支援が必要な方などは、退院前自宅訪問を行い自宅環境も把握することです。退院後も患者さんが住み慣れた場所で継続した支援が受けられるよう、入院時から退院後の生活を意識した療養の場となっています。



病棟紹介

西3階

地域包括ケア病棟



新任医師のご紹介

2024年9月より内科常勤医師が着任しました。



よし おか れい こ
吉岡 玲子 医師

内科診療を担っており、専門は消化器内科です。お一人お一人の患者さんに丁寧に向き合って診療を行っていきたくと思っています。よろしくお願ひ致します。

経歴：平成16年 高知大学医学部卒
専門科目：消化器内科

資格・認定など：

日本内科学会 認定内科医 総合内科専門医
日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医
日本消化器病学会 消化器病専門医
医学博士

関南病院

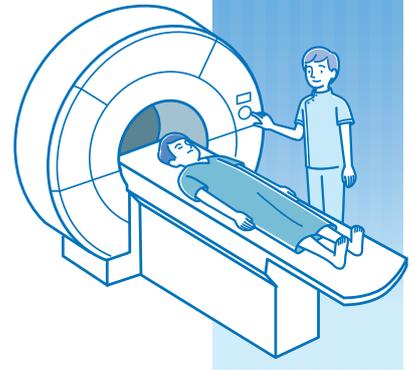
放射線部のご紹介

放射線部は、放射線科医師1名と放射線技師5名（内1名は関連病院に派遣）からなる部署です。業務はX線一般撮影・CT・MRI・透視撮影・骨密度検査・乳房撮影・病室撮影・手術室透視を行っています。その他、漏洩X線量管理や放射線従事職員に行う電離健康診断など法的な作業も行っています。また、カルテや診断画像の電子化により、画像のCD書き込みや他院からの画像取り込み、編集作業なども担当しています。

我々技師スタッフは、診断画像がフィルムであったアナログ世代の技師も現代のデジタル世代の技師も共に、患者さんのために少しでも診断価値の高い画像を提供しようと日々考え行動しています。それ故、多少意見を戦わせることもありませんが、これは良い画像を提供しようと方向が一致した表れであり、良い環境にあると感じています。普段はボケ突っ込みの効いたバランスの良いメンバーで一人ひとりがいい味を持っています。

放射線部の事務作業に検査件数集計があります。過去十数年前から各検査の外来件数が右肩下がり傾向にあり放射線部の収入貢献度に少し寂しさを感じています。これは、当院に限ったことではなく人口減少が関係しているようで、他院でも見られる現象のようです。患者さんに効率良く医療を提供するために、現在、地域の医療機関が連携して患者さんの状態に応じた医療機関を紹介するというシステムが動いています

が、これは患者さんにとって良いことだけではなく、紹介された病院側としても撮影件数増加に繋がる大きなことです。我が放射線部でも、CTやMRIを所有していない医療機関から依頼を受け、放射線科医師のもと検査が行われ、翌日には画像診断結果と画像データ添えて紹介医療機関にお届けしています。この取り組みは、地域医療に少しでも貢献できていると考えています。現在、28の医療機関から患者さんを紹介して頂いております。これからも更に地域貢献できるように努めて行きたいと考えています。



▲1.5TMRI Vantage Titan



▲16列CT Bright Speed

高知DMAT研修に 参加しました



7月6日(土)〜7日(日)の二日間、高知医療センターにて「高知DMAT研修」が開催され、当院からは医師、薬剤師、情報システム課職員、看護師2名の計5名でチームを組成し参加しました。

災害派遣医療チーム(DMAT)には、大規模災害時に出勤要請される「日本DMAT」の他に、

都道府県単位で認定される「ローカルDMAT」があり、今回はローカルDMATの隊員を養成する研修でした。南海トラフ地震等の災害発生直後より、県内各地域の被災現場で中心的に医療救護活動や指導を行うことができる人材を養成するものです。

研修では、トリアージ等の災害現場における医療救護活動の実際、指揮命令系統の構築・確認、安全の確保、通信手段の確保と情報共有技術について学び、実践的な演習も行われ緊張感のある二日間となりました。

今年初めの能登半島地震では、当院で先行して日本DMATとして活動中のチームが派遣され支援活動を行っています。これらの活動が継続できるよう、来るべき災害に備え人材育成に力を注いで参ります。



動物介在活動を始めました!

緩和ケア病棟

緩和ケア病棟ではペットの面会が許可されており、時々、家族であるペットの面会があります。そんな時、患者さんは笑顔を取り戻し、痛みやつらさを忘れる瞬間があります。動物とのふれあいには不思議な力があり、そこにはあたたかな空気が流れます。ただ、もうペットがすでに亡くなっているケースや、事情により面会が難しいケース、または動物は好きなのにペットを飼うことができなかった患者さんもいます。

ある日のカンファレンスでスタッフから出た「アニマルセラピーをしたい」という意見が、この活動を開始するきっかけとなりました。ご縁があり、盲導犬や警察犬を引退したあとの引き取りボランティアを得て、月に2回、元盲導犬のジャスミン、元警察犬のベルが、患者さんへ癒しの時間を提供しに来てくれています。

ジャスミンやベルとのふれあいは「かわいい」「おとなしいねえ」「いや〜、来てくれたの?」と喜ばれる患者さんや、穏やかな表情でジャスミンの頭をなで続けている患者さん、体は動かさないけれど、ベルをベッドに乗せておやつを食べさせて最高の笑顔を見せてくれた患者さん。

わずかな時間ではありますが、確かに、患者さんへ癒しの時間を提供してくれていると感じます。それと同時に、職員もあたたかなジャスミンとベルのぬくもりに癒しを貰っています。



ジャスミンと

ベルたよ



医療相談室からのお知らせ

高知市若年がん患者在宅療養支援事業について



高知市では、若年のがん患者の方が自宅等で自分らしく過ごせるよう在宅での療養に係る費用を助成する高知市若年がん患者在宅療養支援事業が開始されています。

〈対象サービス内容〉

訪問介護、訪問入浴、福祉用具貸与、福祉用具購入

〈助成を受けることができる方〉

次のすべてに該当する方になります。

- ① 高知市に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方
 - ・ 20歳以上40歳未満の方
 - ・ 18歳以上20歳未満の方で、小児慢性特定疾病医療費の支給認定その他のがん患者に対する公的な支援・補助制度を利用していない方
- ② 一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと医師が判断したがん患者の方

〈利用方法〉

利用申請↓利用決定通知↓サービス利用・支払い↓助成金の請求↓口座への振り込み

申請窓口は、高知市保健所健康増進課になります。申請書様式は健康増進課に電話して取り寄せ、または高知市ホームページからダウンロード可能です。

高知市若年がん患者在宅療養支援事業の案内チラシを、当院医療相談室にも置いてありますのでお声掛け下さい。

←高知市HP
若年がん患者
在宅療養支援
事業ページ

吉田さんちのオレオくん

Uchinoko Jiman

うちのまん

名前: 吉田 オレオ
犬種: ラブラドル・レトリバー
年齢: 2歳4ヶ月
体重: 27kg
性別: 男の子

黒ラブのオレオです。
 黒ラブ大好きで、3世代ほど黒ラブを飼っている懲りない私 (& 家族) です。
 最近は大型犬を飼っている方が少なく、同じ犬種のお友達は高知には居ません。
 オレオはボールのレトリーブ遊びや川遊びが大好きです。デカいからだで甘えん坊！
 でも動物病院は怖くて((((;°Д°))))が'カ'ク'ル'バルです。
 お散歩中を見かけたら、声掛けて下さいね！

お気軽に
声をかけてね！

