



明日のなめがた

Tschiura Kyodo Hospital Namegata District Medical Center

健康寿命の延伸

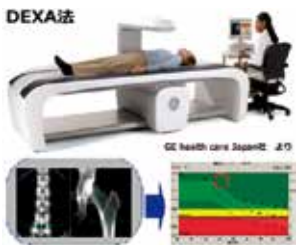
骨折予防

今日、日本の平均寿命は男性80・98歳、女性87・14歳で、今後もしも上昇の一途を辿る事が予想されています。また平均寿命とは似て非なる「健康寿命」が注目されており、これは一生（寿命）のうち健康上の問題を抱えずに過ごす期間を表します。

寝たきりとなる原因の第1位は「運動器疾患（23%）」であり、うち12%が「骨折／転倒」という興味深いデータがあります。ここで骨折とは骨粗鬆症を背景とした脆弱性骨折を意味しており、その名の如く骨が脆く弱いが故に起こる骨折です。さらに、同骨折は高い確率で「連鎖する」という大変恐ろしい特徴を有しています。

今や50歳以上の女性3人に1人が骨粗鬆症とも言われる時代です。骨折の危険性が高く、かつ未だ骨折を起こした事のない集団（骨折予備群）への介入（二次予防）がより重要視されておられ、健康教室やメディアによる啓蒙や人間ドックなどの健診が普及しつつありますが、未だ不十分と言わざるを得ません。

当院では平成25年11月に骨密度測定装置（DEXA）を導入され、最新の骨粗鬆症診断ガイドラインに沿った正確な骨密度測定が



可能で、検査による被曝量は胸部レントゲンの約1/6以下とされ、検査時間は約5分程度と非常に安全かつ簡便に自身の骨密度を知ることが出来ます。また整形外科外来では随時、栄養指導や生活指導を含め、そのほか骨折予防に関する相談を承っております。皆様の健康寿命延伸の一助となれば幸いです。

「予防」に勝る「治療」は決して存在しません。最初の骨折を起こす前に一度、骨密度を測定してみたいかがでしょうか。詳細は健診センターまでお尋ね下さい。
整形外科 島崎紘史郎

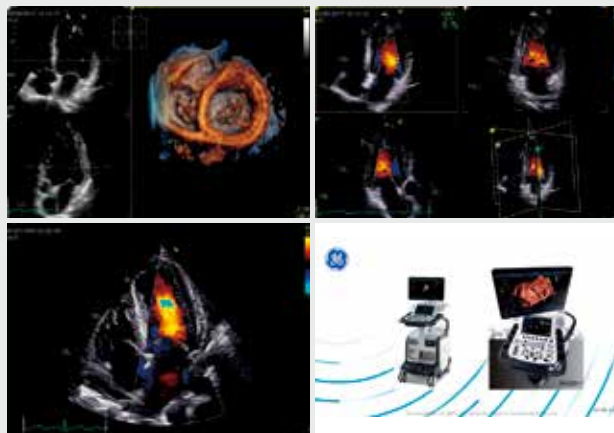
脆弱性骨折の代表例



医療機器「心エコー」について

心臓超音波検査は心臓の機能・形態の評価が可能で、診療において原因精査・治療効果の判定・予後の予測などに重要な役割を担っています。当院に導入された心臓超音波診断装置GEヘルスケア・ジャパン社製VividE95は、全体的な画像の均一性をもち高画質な画像を抽出することが出来ます。今まで描出が難しかった症例でも再現の高い検査結果を提供することが可能です。一般的視野角を90度から120度まで広げ、拡大心の浅部や右心系の情報を得ることが容易になりました。また描出しにくかった心尖部血栓や内腔・外膜構造などの情報の把握が期待できます。さらに機能も充実しており比較的簡単に心機能の定量化したデータを提供することができ、検査時間の短縮・検者間誤差の減少につながっています。3D機能も搭載されており簡単な操作で形態の詳細な解析が可能です。

同時に導入された画像解析装置Echo PACを使用し患者検査履歴の管理や長期に渡る経過観察を容易に実現できるため患者様の経過観察に役立っています。



心臓超音波診断装置 GEヘルスケア・ジャパン社製VividE95

救急医療功労者知事表彰

平成30年9月6日、茨城県庁舎にて茨城県救急医療功労者知事表彰式が開催され、亀田院長と共に受賞してまいりました。開院より鹿行地域の皆さまの期待を肌で感じ救急医療の充実に向けてスタッフと共に努力してまいりました。しかしながら、現在に至っても皆さまのニーズに充分に対応できていない状況にあります。引き続き更なる努力をおこない、皆さまが安心して暮らしていただけますように取り組んでまいります。今後とも、よろしくお願いたします。

看護副部長 磯山由紀子



膠原病内科

関節リウマチの話

関節リウマチって
どんな病気？



手足の慢性的な関節痛をきたす疾患です。日本では約70万人が関節リウマチを患っているとされており、決して珍しい病気ではありません。特に30～50歳の女性が多く発病しますが、近年では高齢になってから発病する関節リウマチにも注目が集まっております。また、男性の患者も2割程度おります。

どんな症状があったら
受診するべきか

① 痛む関節の場所が変わる

関節痛の原因となる疾患は、関節リウマチの他にも沢山あります。例えば変形性関節症も関節痛を起しますが、治療法は大きく異なります。関節痛にお困りの方のうち、次のような症状の場合には、特に関節リウマチを疑います。

(先週は手首、今週は指、といった具合)

② 痛む関節が腫れている
③ 手首や手指の関節が痛む、特に手指は第一関節以外の場所が痛む(第一関節は変形性関節症で痛みやすい場所)

④ 起床時に症状が強い
特に4つ目の項目は「朝のこわばり」と表現され、典型的には手指がはれぼつたい、動かしにくいと感じます。

どんな検査や治療を行うか

関節リウマチは、免疫のしくみの異常によって慢性炎症が起こる「自己免疫疾患」です。関節に起きている炎症を抑えるために、薬剤による免疫抑制療法を行うことが治療の基本となります。近年、新薬が次々と開発され、「寛解」という病気が落ち着いた状態を目指すことが可能となりました。特に2003年に登場した生物学的製剤という薬剤を用いた治療は、良好な成績をおさめております。それらの治療薬の中から、

その方にとって最適なものを選択します。

関節リウマチは慢性疾患すなわち投薬による治療が長期にわたって必要となる病気です。このため、関節リウマチ特有の合併症や薬剤による副作用を予防し、安全に治療を継続していくことが大切です。治療の方には定期的に血液検査やレントゲン検査を行い、安全に治療が行われていることを確認します。また、健康診断や予防接種を利用することも勧めております。

当院におけるリウマチ診療の特色

当院の内科外来には、月曜日から土曜日まで毎日、関節リウマチを専門とする医師が外来を担当しております(新患受付は午前中のみ、土曜日は奇数週のみ)。すなわち、いつ内科外来を受診して頂いても、専門的な見地から判断し、最新の治療を提供することが可能です。長く続く手足の痛みにお悩みの方は、ぜひ一度ご相談ください。

内科 萩原晋也

学会報告

第68回日本病院学会 (2018年6月28日～29日)

第45回関東農村医学会 (2018年7月14日)

看護部 感染管理室 上岡奈実

2018年6月28日～29日に歴史と海の幸に恵まれた石川県金沢市で、第68回日本病院学会が開催されました。この学会は分野が広く、各職種の発表があり沢山の学びを得ることができました。私は、血液培養時に使用する皮膚消毒剤を変更した効果について発表してきました。看護スタッフの協力のおかげで、とても良い結果が出せ、会場から質問を多くいただく事ができました。今後も、病院の取り組みや成果を学会などを通して広めていきたいと思えます。



放射線部 小室翔平

平成30年6月28日、29日に石川県金沢市で開催された日本病院学会に参加させていただきました。金沢に行くのははじめて&久々の新幹線で緊張しましたが、久しぶりに病院の外に出てリフレッシュさせていただきました。今回「e-poster」という初めての発表形式だったため、演題作成時から苦労はしましたが良い経験になりました。ほかの方の発表も当院で生かせる内容が多かったので、今後の業務に生かしていければと思います。



リハビリテーション部

萩野谷明日香

2018年7月14日、JA神奈川ビルで開催された第45回関東農村医学会において「脳梗塞急性期患者に対して早期から歩行練習を行ったが代償動作が増強した一症例」という演題でポスター発表を行いました。

今回学会に参加し、多職種各々の課題やチームでの地域包括支援に対する課題を学ぶことが出来ました。これからの日々の業務に生かしていきたいと思えます。



臨床工学技士は、院内の医療機器のスペシャリスト。医療機器の保守管理・操作を行っています。紙面にて医療機器の少し役に立つお話をします。

病院内では携帯電話の使用が制限されています。職員が使用している PHS が制限されていない理由を説明します。

臨床工学部

院内用 PHS
電波弱い
病院内での使用も安全

携帯電話・スマートフォン
電波強い!
病院内での使用は危険

強い電波は、医療機器の誤作動の起こる可能性があります。
使用される際は通話可能エリアにて御使用下さい。

Question 臨床検査 Q&A

～臨床検査技師に聞いてみよう～ 「輸血検査についての Q&A」

第7回

今回は輸血検査について鈴木技師にお聞きします。

Q. 輸血検査とはどのような検査ですか？

A. 主に行っているのは、**血液型などを調べる検査**と輸血をする前に行う**交差適合試験**です。では、少しずつ輸血検査について掘り下げていきましょう。

Q. 血液型とはなんのでしょうか？

A. 血液は赤血球と血漿に分けられ、その赤血球にどんな物質があるかで型が決まります。普段よく耳にするのは ABO 血液型と Rh 血液型だと思いますが、実はそれ以外にもたくさんあり、現在約 300 種類の血液型が見つかっているといわれています。

Q. 血液型はどのように検査をするのでしょうか？

A. たくさんの血液型がありますが、検査をするのは血液型の中で最も重要な ABO 血液型と Rh 血液型を調べます。

ABO 血液型は、赤血球に A 抗原・B 抗原という物質があるかどうかを調べ（オモテ試験）、これらの物質の組み合わせで A 型・B 型・O 型・AB 型に分けられます。赤血球に A 抗原があると A 型、B 抗原があると B 型、A 抗原と B 抗原両方があると AB 型、どちらもないと O 型になります。また、確認検査で血漿中にある物質も調べ（ウラ試験）、オモテ試験・ウラ試験の検査結果が一致して最終判定となります。



Rh 血液型は C 抗原・c 抗原・D 抗原・E 抗原・e 抗原の 5 つの物質があるかどうかで型が決まります。通常『Rh (+)』や『Rh (-)』と呼んでいるのは、D 抗原の有無をさしています。D 抗原があれば Rh (+)、なければ Rh (-) となります。日本人での割合は 200 人に 1 人が Rh (-) です。

型	A 型 (%)	O 型 (%)	B 型 (%)	AB 型 (%)
日本人	39	29	22	10
アフリカ系アメリカ人	27	49	20	4
アメリカ先住民	16	79	4	<1
アジア人 (日本人除く)	28	40	27	5

【ABO 型出現頻度】

Q. 次は交差適合試験についてお聞きします。あまり聞きなれない試験ですが、これはどのようなものなのでしょうか？

A. 高度な貧血や手術中に出血が予想され、輸血が必要な方がいるとします。その方に献血で集められた血液製剤を輸血しても大丈夫かどうかを検査します。輸血を受ける方の安全を確保するためにとても大切な輸血をする前の検査となります。

輸血検査は臨床検査部のなかの輸血部門で行っています。今回は検査についてお話ししましたが、この部門では検査のほかにも、血液製剤の管理や、輸血をした方へ肝炎などの感染症検査をしていただくよう促しています。

臨床検査部

