



2016年 初秋号
(2016年9月10日発行)

宝塚市向月町 19-5
E-mail somu@takarazuka-daiichi-hp.or.jp

骨粗鬆症外来を始めました

超高齢社会に突入している日本では、骨粗鬆症の患者数は 1,280 万人と試算されています。しかし、医療機関で骨粗鬆症の治療を受けている患者の割合は 30%以下であり、骨折を起こして初めて骨粗鬆症と診断される患者も少なくありません。宝塚第一病院整形外科においても、脊椎圧迫骨折や大腿骨近位部骨折など骨粗鬆症に由来する骨折で入院を余儀なくされる患者は、入院患者の半数以上を占めています。また、これらの骨折は、要介護状態から寝たきりとなる危険性をもはらんでいます。

宝塚第一病院整形外科では、今まで骨折を治療して社会復帰を手助けする医療を行ってききましたが、骨折を予防する医療にも目を向けるため、毎週、火曜日の午前中に骨粗鬆症の専門外来を開くことにしました。整形外科部長の藤田が担当致します。診療の基本方針は、正確な診断と、ガイドラインに基づいた治療です。正確な診断をするために、最新式の全身用 X 線骨密度測定装置(GE ヘルスケア製 PRODIGY Fuga)を 2016 年 7 月から導入しています。治療に関しては、年齢や性別、基礎疾患、骨粗鬆症の重症度などを考慮し、5 年計画で治療を行っていきます。運動療法や栄養指導の必要な方には、理学療法士や栄養士を介入させていきます。また、近隣の医療機関から紹介いただいた場合は、診断と適切な治療法のアドバイスを行わせていただきます。

女性の方は、閉経後急激に骨がもろくなり、80 歳を過ぎると二人に一人が骨粗鬆症になります。今まで一度も骨密度を測定したことのない方は、ぜひ骨粗鬆症外来にお越しください。

整形外科部長 藤田 悟

全身用骨密度測定装置 (DXA) を新規導入しました！

2016 年 7 月、これまでの前腕部専用の骨密度測定装置から新たに全身用骨密度測定装置 (DXA) を導入いたしました。

全身用とは骨粗鬆症の診断や治療のために主に腰椎と大腿骨近位部の骨密度を測定する装置です。腰椎と大腿骨近位部は国際的にも骨粗鬆症の診断に適している観察部位として「骨粗鬆症 予防と治療のガイドライン」にも推奨されている検査です。

また、検診での検査を希望される方にも気軽に受け頂けるよう前腕部での測定も可能となっております。検査時間も腰椎と大腿骨近位部では 10 分程度。前腕部では 5 分程度となっております。

尚、骨粗鬆症外来も 7 月から始まっていますので興味のある方は外来スタッフにお問い合わせください。

* 骨粗鬆症：骨量の減少と骨組織の微細構造の異常の結果、骨に脆弱性（もろくて弱くなること）が生じ、骨折が生じやすくなる疾患です。





宝塚第一病院 リハビリテーション室を紹介します



リハビリテーション室には理学療法士 18 名、作業療法士 6 名、言語聴覚士 2 名、合計 26 名の療法士がおります。199 床の病床数に対して療法士数は多い方だと思います。経験年数の若い療法士が多いですが、明るく、楽しくリハビリテーションが行えるよう取り組んでいます。

当院では診療科にかかわらず、リハビリテーションが必要と医師が判断した患者さんには、急性期から早期離床、早期回復を目指してリハビリテーションを開始します。手術や疾患によって低下した身体的また精神的機能の回復を目的とした機能訓練を中心に、能力障害に対する基本動作訓練や日常生活動作訓練を行い、社会・自宅復帰への支援をさせていただきます。

理学療法・作業療法の対象は、整形外科疾患はもちろん、内科疾患、外科の術後、呼吸器疾患など幅広い疾患の患者さんへの治療を行います。言語聴覚療法では摂食嚥下機能の低下した患者さんへの対応を積極的に行っています。

また、地域包括ケア病棟の開設により、他院からもリハビリテーションを必要とする患者さんを多く受け入れております。自宅に帰るためにもう少し機能訓練や日常生活動作練習が必要な患者さんに、リハビリテーションを行い少しでも不安や心配を軽減し元気に自宅へ帰れるよう、入院生活から地域生活につなげるリハビリテーションの提供をいたします。

患者さん一人一人が一日も早く元気になられますように。
一緒に頑張りましょう。



災害は 備えた分だけ 憂いなし



4月14日に発生した熊本地震で被災された皆様に心よりお見舞い申し上げ、一日も早い被災地の復旧をお祈りしております。

近年多くの自然災害が発生し、「忘れたころにやってくる」ものではなくなってきました。ご家庭の備えはいかがでしょうか？「**家庭では最低でも3日分、できれば1週間分程度の食料品の備蓄**」を国では勧めています。

大規模な災害では、食べ物を手に入れるのに大変苦労することがあります。高齢者や乳幼児、食物アレルギーの方、慢性疾患の方ではなおさら「食べられるもの」の備えは必要ではないでしょうか。

ではどんなものを？

非常食としてはアルファ米（水や湯を注ぐだけで食べられる）や缶入りパン、乾パンなどがあります。長期保存できるのがメリットですが、価格も割高で、その上、食べたことがない、または食べ慣れないため、被災時ではなおさら食べにくくストレスになります。そこで、お勧めしているのが、普段に利用しているものを「**多めに買い置き**」です。使った分だけまた買い足すだけの簡単備蓄です。調理せずにそのまま食べられる缶詰や米そで水（1人1日3ℓあれば安心です）。カセットコンロがあると食品を温めたり、簡単な調理ができて便利です。

家庭や職場で日頃から話し合っ、食べやすいお気に入りの食品を探しておくといいですね。



コンビニ オープン！

2016年9月5日2階売店をコンビニエンスストアとしてリニューアルオープンしました。

患者様やそのご家族、病院スタッフの方々に安心してお買い物をして頂ける様、笑顔の接客と優しいお店作りを目指してスタッフ一同、皆様のご来店をお待ちしております。

営業時間 年中無休

月曜日～金曜日	午前 8 時～午後 7 時
土曜日	午前 8 時～午後 4 時
日曜日・祝日	午前 10 時～午後 4 時

◆銀行 ATM もございますので、是非ご利用ください。



生活彩家 宝塚第一病院店
店長 山本 幸一