

キョクトウニュース

転倒予防教室 100回記念

転倒予防フェスティバル開催!!



2010年から毎月開催している転倒予防健康教室が、昨年11月に100回を迎えました。運動と脳の身体機能チェックブースや、これまでの総復習クイズをおこない、健康状態を確認していただきました。また、これまでに50回以上ご参加いただいた7名の方へ、感謝の気持ちを込めて表彰させていただきました。

お身体の不自由な方専用駐車場を増設予定

4月から正面玄関前に、みなさんのご要望の多かった、お身体の不自由な方専用駐車場を増設します。

画像診断機器 MRIリニューアルのお知らせ

当院は、4台のMRI (3T:2台 1.5T:2台) を所有しており、現在、そのうち1台の1.5TMRIを最新の3TMRIに更新し、2月からの稼働に向けて準備をおこなっています。更新後には3T:3台、1.5T:1台の4台体制になる予定です。



イメージ図

1～3月 催しのご案内

参加無料 (☆以外)

1/22 (火) 14:00～15:00 第102回転倒予防健康教室
23 (水) 13:30～14:00 糖尿病教室 (2階会議室あさがお)
30 (水) 14:00～15:00 医療・福祉・介護教室

2/12 (火) 13:30～14:00 ピアノデュオコンサート
16 (土) 13:30～16:00 第25回愛脳会
17 (日) 13:00～16:00 おかやまあかい はな道化教室
☆参加費3,000円
19 (火) 14:00～15:00 第103回転倒予防健康教室
27 (水) 13:30～14:00 糖尿病教室 (2階会議室あさがお)
14:00～15:30 認知症サポーター養成講座

3/19 (火) 14:00～15:00 第104回転倒予防健康教室
27 (水) 13:30～14:00 糖尿病教室 (2階会議室あさがお)
30 (土) 14:00～16:00 第32回パーキンソン病健康教室
(開場 13:30) 場所:岡山コンベンションセンター3階コンベンションホール

※詳細は院内掲示およびホームページをご覧ください

感染症の流行状況により、上記催しが中止になる可能性もございます。催しに参加される際は事前にご確認のうえ、お越しください。

コンサート以外へのご参加は 事前に申込みをお願いします

申込み

086-276-3231(代表)
企画広報室

病院統計 (2017年1月～12月)

外来患者延数	84,264人	紹介率	55.6%
入院患者延数	62,159人	逆紹介率	89.6%
新入院患者数	4,168人	救急患者搬入件数	1,813件
退院患者数	4,157人	脳神経外科手術件数	232件
平均在院日数	12.5日	整形外科手術件数	1,606件

愛

広報誌「愛」新春号

vol. 69
第172号

●部門の壁を乗り越えて意見かわせる職場をつくる(医療安全推進標語)
●当院では、病気に関連して起きる様々な問題について医療ソーシャルワーカーが相談に応じています。相談は本館1階医療福祉相談課まで

●敷地内禁煙実施施設

岡山旭東病院 季刊誌

愛

2019.1
新春号
vol.69

Model : 左から則安さん(外来クラーク)・横田さん(臨床工学課)
土井英之医師(整形外科)

当院の手術では、さまざまな職種が関わることで、安全・安心な治療を提供しています。このたび、外来クラークの制服が新しくなりました。

Photographer : Yosuke Noritsugu



キラリ☆元気さん

看護部 本館3階病棟 看護師
副主任 橋目 香織

そこが知りたい

医療・福祉・介護教室開催!!

知っ得情報

第25回愛脳会を開催します

経営理念
一、安心して、生命をゆだねられる病院
一、快適な、人間味のある温かい医療と療養環境を備えた病院
一、他の医療機関・福祉施設と共に良い医療を支える病院
一、職員ひとりひとりが幸せで、やりがいのある病院

ライフサプリ

インフルエンザについて

きょうとう連携のわ

原おとなこどもクリニック

キョクトウニュース

転倒予防フェスティバル開催!!

お身体の不自由な方専用駐車場を増設予定

画像診断機器 MRIリニューアルのお知らせ

地域医療支援病院



一般財団法人 操風会
岡山旭東病院
OKAYAMA KYOKUTO HOSPITAL

脳・神経・運動器疾患の総合的専門病院
臨床研修指定病院 (協力型)

脳神経外科、整形外科、神経内科、リハビリテーション科、内科、循環器科、麻酔科、放射線科、リウマチ科、形成外科、脳卒中センター、サイバーナイフセンター、PET・RIセンター、健康センター

〒703-8265 岡山県岡山市中区倉田 567-1
Tel. 086-276-3231 Fax. 086-274-1028
http://www.kyokuto.or.jp



診療時間 午前 9:00～12:00 (8:30受付開始)

午後 14:30～16:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	△	○	△

休 診 木曜午後 / 土曜午後 / 日曜 / 祝日
(但し、急患はこの限りではありません)

あとがき

明けましておめでとうございます。新春号は、高齢者に多い脊椎圧迫骨折への取り組みを特集しました。新年が、希望に満ちた年になることを祈っています。

院長 土井章弘

発行／一般財団法人操風会 岡山旭東病院
企画・編集／岡山旭東病院 広報委員会

特集

「腰の手術に風船？ ～ 腰の痛みを和らげるBKP治療 ～」

高齢化に伴い増加している骨折の一つに、「脊椎圧迫骨折」があります。当院の治療では、基本的にコルセットや鎮痛剤などを用いて安静にし、折れた骨が固まるのを待つ保存療法をおこなっています。しかし、脊椎圧迫骨折は痛みが強いことも多く、日常生活に大きく影響を及ぼします。その場合、小さな侵襲でおこなえる経皮的椎体形成術（BKP）や、麻痺が生じるリスクのある骨折の場合は、後方固定術といった手術もおこなっています。



BKP手術(バルーンを膨らませている様子)

保存療法	後方固定術	BKP
早期発見できればコルセットで固定	骨折部の上下を金属インプラントで固定	骨折部分に針を刺し、セメントを注入

脊椎圧迫骨折とは？

脊椎圧迫骨折は、いわゆる背骨が骨折している状態です。骨が圧迫されたような形になることが多いため、一般的に「圧迫骨折」と呼ばれています。転倒や尻もちをつく、といった軽い衝撃でおこります。しかし、骨粗しょう症（骨が弱くなる病気）が進行している方は、日常生活の動作でも骨折してしまうことがあり、本人も気がつかないことがあります。



あなたの骨をチェックしよう

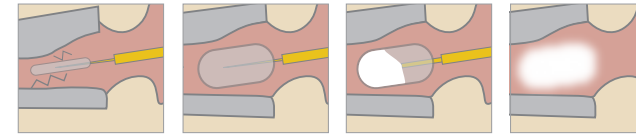
- ☐ いままで腰痛が無かったが、急に腰が痛くなった
- ☐ 腰痛が長引く
- ☐ 寝返りや、起き上がる時に腰に痛みがある
- ☐ 最近、身長が縮んだ
- ☐ 背中が曲がってきた
- ☐ 70歳以上の女性である
- ☐ 腰痛持ちでMRIを撮像したことがない

当てはまる項目が多い方ほど、骨折している可能性があります。

BKP はどんな治療方法？

BKP (Balloon Kyphoplasty) は、骨折によって不安定になった椎体を、全身麻酔下での手術により、骨折前の形に近づけることで安定させ、痛みをやわらげる治療法です。

治療の流れ



- 1 背中から針を刺入し、小さな風船のついた器具を挿入。
- 2 椎体の中に入れた風船を骨折前の状態まで膨らませる。
- 3 風船を抜き、できた空間に骨セメントを充填する。
- 4 骨セメントは手術中に固まり、30分程度で終了。

- 切開は2箇所で5mm程度
- 骨折の痛みが早期に軽減
- ほとんどの場合、翌日にはベッドから起き上がることが可能なため、生活の質（QOL）の向上が期待できる

症状にあった検査が必要

圧迫骨折の治療の第一歩は、診断を早くつけることで、大切なのはレントゲン検査ではなく、MRI検査をすることです。レントゲンでは、骨の形態が変化するまで骨折の判明が難しいため、異常なしと診断される場合があります。MRIではそのような骨折でも判明でき、圧迫骨折の検査に適しています。MRI検査が必要になった方は、当院では、後日予約ではなく受診当日に撮像することもできます。

1 人ひとりにあった治療をおこないます

保存療法を選択することが多い疾患ですが、家庭・職場環境など患者さんの状況に応じた治療をおこなっていきます。入院しても、手術をしない治療を選択することもあります。痛みが改善しない場合には、BKPや固定術を選択することも可能です。当院では状況に応じて色々な治療法で対応します。

骨を元の形に戻す大切さ

圧迫骨折は、保存療法で治ることが多い疾患であるため、必ずしも手術が必要というわけではありません。しかし、骨折の状況や痛みの程度、患者さんの生活スタイルによっては、早期に痛みを軽減させることが大切な場合があります。また、背骨に変形が残ると、別の背骨に負担がかかり、骨折しやすくなります。BKPは、背骨の変形を軽度にとどめることが可能な治療の一つです。



背中が曲がると？
お腹の空間が狭くなり、心臓・肺・胃腸などが圧迫され、胸焼けや胃もたれなど、さまざまな症状が引き起こります。

骨を丈夫にしよう！

骨折の原因になる骨粗しょう症にならないためにも、日頃から骨を鍛えましょう。骨粗しょう症を避けるためには、バランスの良い食事、そして何より日頃から運動することが大切です。負荷をかけることで、骨は丈夫になっていきます。一番手っ取り早いのはウォーキングです。毎日少しずつ歩くことを意識して、骨粗しょう症を予防しましょう。





看護部
看護師 本館3階病棟
副主任

はしめ かおり
橋目 香織

今回は整形外科病棟を担当する看護師
の橋目さんにお話を伺いました!

Q 主な業務

A 本館3階病棟は整形外科疾患で入院され、手術を受ける方も多くいます。私たちは入院生活や手術の相談などを受け、手術後の一番辛いときに少しでも苦痛をやわらげるために患者さんの寝る体勢を変えたり、痛みのコントロールや神経麻痺などの合併症をおこしていないか確認します。患者さんの声をしっかりと聞き、どんな小さなことでも見落とさないよう努めています。



Q 多職種との連携

A 入院前と同じような生活を送るのが困難になり、不安を抱える方もいます。入院直後から多職種と共同し、退院後を見据えた入退院支援の会議を日々おこない、不安を取り除けるように努めています。接している時間が一番長い私たちが、患者さん・家族の意見や想いをしっかりと受け止め、入院生活から退院まで安心して過ごせるよう心がけています。

Q やりがいを感じる時

A 患者さんの症状が回復し、笑顔で退院される時にとても嬉しく思います。また、スタッフの対応について患者さんからお褒めの言葉をいただいたり、質の高い看護を提供するために日々一生懸命取り組むスタッフの姿を見ると、副主任としてとても嬉しく思います。

Q 入院される方と家族へ

A 手術はどのようなものなのか?痛いときはどうしたらよいか?手術後や退院後はどんな生活を送るのか?など不安に思うことはたくさんあると思います。どんな小さな悩みでも、遠慮なくお尋ねください。1つ1つの悩みを一緒に解決して、安心して手術や退院ができる準備をしましょう。

そこが知りたい

医療・福祉・介護教室開催!!

病気や障害、高齢になると、様々な問題や介護などの心配が生じてきます。その人らしくイキイキとした生活を送る手助けとなるよう、医療、介護、福祉、生活などをテーマに、医療ソーシャルワーカー(社会福祉士)を中心に講演します。「知ってて良かった!」と感じるような暮らしに役立つ制度や情報をご紹介します、個別の質問・相談もお受けします。

参加は無料なので、お気軽にご参加ください。

第2回 医療・福祉・介護教室

日時: 1月30日(水) 14:00~15:00

場所: パッチ・アダムスホール

テーマ「介護保険制度のあれこれ
～在宅サービスから施設サービスまで～」

申込み、教室のテーマのご要望は、医療福祉相談室までお問い合わせください。

申込み

院内の申込み用紙または電話にてお申込みください。
担当: 医療福祉相談室



第1回の教室では、「介護保険の基本の『き』」と題して、介護保険制度についてご紹介しました。

医療福祉相談室のご案内

医療ソーシャルワーカーが、患者さんや家族と一緒に問題解決に向けてお手伝いをいたします。病気や療養生活などでお困りでしたら、お気軽にご相談ください。(医療福祉相談室は本館1階 患者相談支援センター内にあります)



知っ得情報

第25回 愛脳会を開催します

テーマ 健幸のススメ

2月16日(土) 13:30~16:00

場所: パッチ・アダムスホール

参加無料
申込必要

1991年に岡山下初の「脳ドック」を開始し27周年になります。愛脳会では、ドックを通じて得たデータをもとに医師からの講演、専門職による健康相談を企画しています。地域の皆さんの健康増進、疾病予防に貢献できるような健康情報をお届けしますので、お気軽にご参加ください。

講演

「脳の健康・身体の健康～心豊かに暮らすには～」
院長 土井章弘
「胃と大腸の検査はとっても大切です」
内科部長 黒住吉篤
「PET・がんドックのススメ」
放射線科 主任医長 大西剛直



例年の愛脳会の様子



健康相談



インフルエンザとは？

インフルエンザは、インフルエンザウイルスが原因の感染症で、毎年11月～4月ごろまでに流行します。感染した人の咳やくしゃみでウイルスが拡散され、それを吸い込むことで感染します。また、鼻や口などの粘膜表面への接触感染や、稀に狭い空間での空気感染もおこります。

このような症状がありませんか？

- ☐ 38℃以上の高熱
- ☐ 関節痛や筋肉痛
- ☐ 頭痛
- ☐ 身体のだるさ
- ☐ 食欲不振

など



風邪の症状とは違い、急激に症状が出ます。

病気の期間と重症化

感染から発症までに通常1～4日かかり、発症後は約1週間で回復します。しかし、重症化することがあり、子どもでは急性脳症を、高齢者や免疫力の低下している人では肺炎をとまなうこともあります。



検査について



鼻やのどの粘液を、綿棒で採取します。

検査時間
20～30分

インフルエンザの検査は、発症してから約半日経過して、ある程度鼻やのどのウイルス量が増えてからでないと陽性になりません。そのため、インフルエンザだと思われる人の検査をしても陰性になることがあります。陰性でも、地域や職場、学校などでインフルエンザが流行している場合、症状があればインフルエンザと診断し、必要な治療をおこないます。

予防接種を受けましょう

インフルエンザはウイルスが変異しやすいため、予防接種を受けても100%予防できるわけではありません。しかし、子どもや高齢者など免疫能力の低い方の重症化や、死亡リスクを低下させることができます。ワクチンの効果は1～2週間後から発揮され、5カ月ほど持続します。

とくに受けたほうがよい方



- 妊婦
- 6ヶ月～5歳の子どもと、その家族
- 65歳以上の方と、その家族
- 老人ホームなど団体に施設に居住している方
- 受験生や教職員



施設の特徴

中区沖元の地で70年続いた内科小児科で、こどもからお年寄りまでのかかりつけ医として地域医療に根差してきました。2018年11月に中区藤崎へ移転しましたが、これからも診療方針は変わらず、ホームドクターの役割を担って行こうと考えています。

一般的な内科小児科治療はもとより、病院と連携しながら、がんの診療や終末期医療、訪問診療にも力を入れており、血液・腫瘍内科医としての専門性を活かした診療に対応しています。病気を抱えた患者さんが、少しでも安心して自宅で日常生活を過ごすことが出来ればと願っています。自宅での生活や医療、介護に不安がある方は一度ご相談ください。



診療科目 内科・小児科

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 15:30～18:30

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	○

休診 木・土曜午後 / 日曜 / 祝日

〒702-8006 岡山市中区藤崎136-22

☎ 086-277-8233 Fax: 086-277-8262

<http://hara-clinic.or.jp/>



◆公共交通機関をご利用の場合

岡山駅より 両備バス 西大寺行き
「操南中学校前」を下車 徒歩1分
駐車場 21台