

## 特集

気をつけよう!

高齢者に多い脚の骨折



Model : 左から河鱈さん(理学療法士)・免出さん(作業療法士)・  
甲斐さん(理学療法士)  
自宅でおこる転倒事故の予防として、自宅環境づくりのポイントを掲載  
しています。ポイントをチェックしながら、自宅を整えましょう!

### キラリ☆元気さん

看護部 介護福祉士

吉田 裕子

### そこが知りたい

選定療養費について

### ライフサプリ

転倒事故を防ぐ環境づくり

### きょくとう連携のわ

岩藤胃腸科外科歯科クリニック

### キョクトウニュース

本館 画像検査のMRIを工事しています

職員の名札表記を変更します

- 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

# 特集

## 「気をつけよう！ 高齢者に多い脚の骨折」

高齢になって骨粗しょう症になると、若い時と比べて骨がもろくなります。高齢者が転倒や比較的軽い衝撃で骨折することを「脆弱性骨折」とよびます。

骨折はいろいろな部位に生じますが、その中で大腿こつけいぶ<sup>だいたいこつけいぶ</sup>骨頸部骨折と大腿骨転子部骨折は、大変危険です。これは、脚の付け根の骨折のことで、骨折すると歩けなくなってしまいます。もう一度歩けるようになるには、ほとんどの場合で手術が必要となります。また、早期の手術が推奨されます。



①

① 救急室



②

② 転倒予防健康教室  
毎月開催。医師による転倒に関する講演会や、リハビリスタッフを手本に運動をおこないます。



③

③ 当院のYouTube  
「骨粗しょう症になっていないかのセルフチェック・予防トレーニング」を動画配信しています。

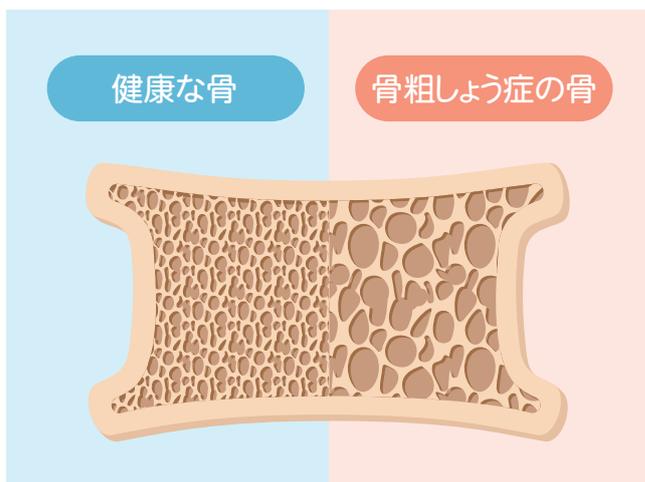
### 骨折する原因を防ごう

骨粗しょう症は、特に女性に多く見られる疾患のため、大腿骨頸部骨折や大腿骨転子部骨折も高齢の女性に多く発生します。そのため、骨粗しょう症の早期発見と治療が重要です。

また、高齢になると運動能力の低下や視力障害が併発しやすくなり、転倒のリスクが高まります。特に転倒の発生場所として多いのが自宅内です。運動だけでなくご自宅の環境を整え、転倒を予防しましょう。



06ページに「転倒事故を防ぐ環境づくり」を紹介しています。家の中に危険がないか、確認しましょう。



骨粗しょう症は、採血やレントゲン、骨密度検査により、診断や治療方針を決定し、必要に応じて薬での治療を開始します。薬は内服薬、注射、点滴などがあり、定期的に検査をおこないながら治療を続けていきます。

## もし転倒したら？

転倒した後、痛くて動けない



救急車で、すぐ病院へ



早期診断・早期手術

骨折後、48時間以内の手術が望ましい

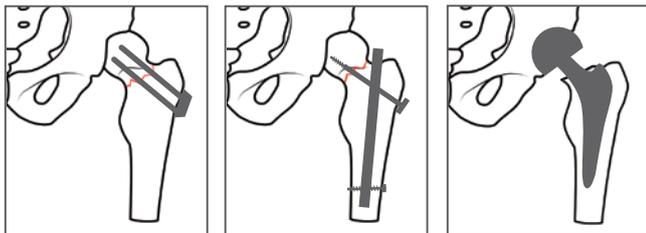


## 手術について

治療方法には、一般的に「骨接合術」と「人工骨頭置換術」の2つがあります。

骨接合術は、骨折した部分を金属などの器具でしっかり固定して、自然に骨がくっつくのを助ける手術です。

一方、人工骨頭置換術は、骨折した部分を修復するのが難しい場合におこなわれます。この方法では、骨折した頸部から骨頭までを取り除き、その部分を人工の部品で置き換える手術です。



骨接合術(頸部骨折)

骨接合術(転子部骨折)

人工骨頭置換術

## よくある質問

手術しないと治らないのですか？

折れた骨が自然に治るまでには数ヵ月かかり、その間ベッド上での安静が必要です。しかし、高齢者に長期間ベッド生活を強いると、床ずれや肺炎を生じたり、認知機能が低下したり、腸の機能が落ちて腸閉塞を併発したりと、様々な全身の合併症が発生します。それが要因となり、寝たきりの状態になってしまうことも稀ではありません。

そのため、よほどのことがない限り、整形外科医は手術治療を勧めます。但し、手術には麻酔が必要なため、ご高齢の方には、一定の危険性が伴います。

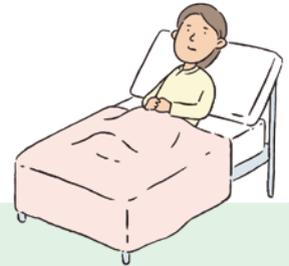
## 長期間のベッド生活によるリスク

床ずれ

肺炎

認知機能の低下

腸機能の低下(腸閉塞)



手術で、元どおり歩けるようになりますか？

これらの骨折では、早期からの起立・歩行をめざしたりリハビリテーションが必要です。手術翌日からベッド上で足を降ろし、座った姿勢でのリハビリを開始します。歩行能力の回復には、骨折前の歩行能力や年齢が大きく影響しており、術前によく歩けていた方ほど回復しやすい傾向にあります。しかし、すべての患者さんが元通りになるのか、という問いには残念ながら「いいえ」です。

骨折前は一人で屋外活動をできていた方でも、半年から1年後に元に近い歩行能力に回復できるのは、全体の50%程度にすぎません。回復には、本人のリハビリテーションに対する努力と、家族の励ましが重要です。



キラリ★元気さん



看護部  
介護福祉士

よしだ ゆうこ  
吉田 裕子

患者さんに寄り添うケアを通じて、療養生活を支える介護福祉士にお話を聞きました。

Q 介護福祉士を目指したきっかけは？

A 中学生の頃、祖父の介護をする祖母の姿を見て、自分も誰かの支えになりたいと思ったのがきっかけです。祖父は認知症を患っていましたが、当時の私は何もしてあげることができませんでした。その経験を通じて、介護が必要な方を支えられる存在になりたいと感じ、介護福祉士を目指しました。

Q 主な業務内容は？

A 患者さんが安心して療養生活を送れるよう、身体介助や看護師の補助を中心におこなっています。具体的には、食事、入浴、排泄、移動などの介助や、認知症患者さん向けの院内デイケアなど、業務内容は多岐にわたります。院内デイケアでは、脳トレや体操、季節を楽しむ制作活動などを通じて、患者さんの生活に彩りを加える工夫をしています。



Q やりがいを感じる時は？

A 患者さんやご家族からの感謝の言葉は、仕事の大きなやりがいです。「ありがとう」といった一言が、次の仕事への活力になります。そのため、患者さんの気持ちに寄り添えるように心掛けています。特に入浴介助中のリラックスした時間は、患者さんの本音と向き合える大切なひとときだと考え、丁寧にコミュニケーションを取っています。

Q スキルアップできる機会は？

A 病棟ごとに専門性があり、それぞれの病棟で専門知識や技術を学べる環境が整っています。整形外科病棟では骨折患者の移乗方法、脳卒中病棟では失語や麻痺を持つ方への対応など、実践的なスキルが習得できます。さらに、今年度からは院内の感染対策チームに所属し、より質の高いケアを提供できるように学習しています。

## 選定療養費について

選定療養費とは、厚生労働省が定めた制度で、追加費用を支払うことで、医療サービスを患者さんが自ら選択することができます。

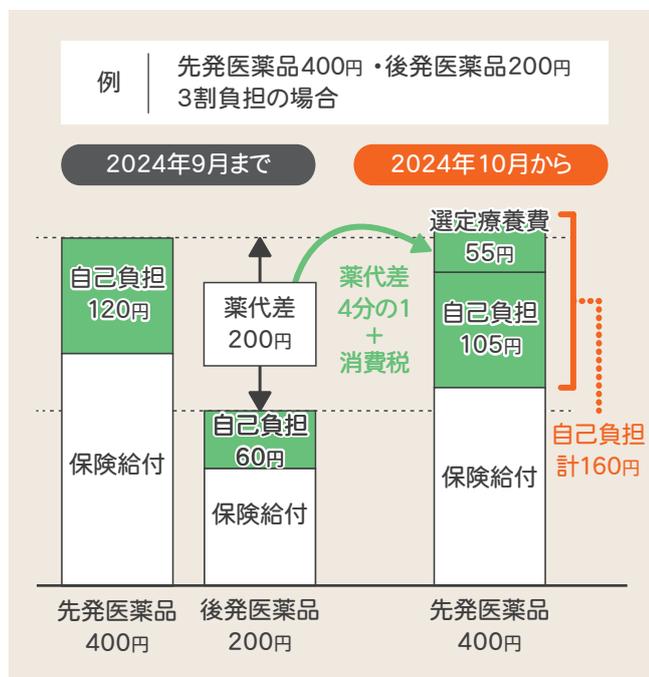
追加で費用が発生することから、患者さんからの問い合わせの多い選定療養費について詳しく解説します。なお、「先発医薬品の選定療養費」は、当院で処方され、院内で薬を受け取る場合には、適用されません。

### 先発医薬品の選定療養費とは

同じ効果が期待できる後発医薬品(ジェネリック医薬品)があるにも関わらず、先発医薬品の処方を希望する場合に追加される選定療養費(先発医薬品と最も高い後発医薬品との差額4分の1相当)のことで、

#### 後発医薬品とは

先発医薬品と同じ成分と効果を持ち、価格が抑えられたお薬で国が安全性を確認しています。



積極的に後発医薬品を利用しましょう

### 初診時選定療養費とは

200床以上の病院(当院を含む)を初診で受診する際に、紹介状を持参されていない患者さんに、ご負担いただく選定療養費(7,700円)のことで、

—— 但し、以下の場合、費用負担はありません ——

- 他の医療機関からの紹介状を持参 (整骨院、接骨院、鍼灸院からの紹介状は対象外)
- 緊急時(救急車により搬送された場合など)
- 入院した場合
- 各種公費負担の対象になっている場合 (生活保護や特定の疾患、障害など)
- 医師の指示により1年経過した後、受診する場合

#### 初診とは

- 当院を初めて受診する
  - 前回の受診の傷病が治癒、中止している
  - 前回の受診より一定以上期間が空いている
- ※健康保険法に規定されている初診算定要項に準ずる受診

### 再診時選定療養費とは

200床以上の病院で紹介状を発行された患者さんが、自身の判断で、引き続き同じ病院を受診した場合にかかる選定療養費(3,300円)のことで、



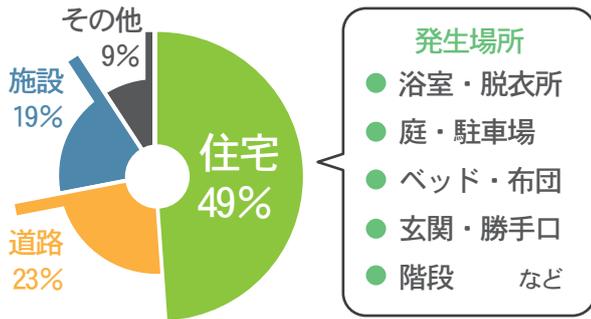
かかりつけ医をもちましょう



# ライフサプリ 転倒事故を防ぐ環境づくり

## 転倒事故発生場所 (65 歳以上)

65歳以上の転倒事故発生場所は、「自宅内での移動中」が一番多いといわれています。



出典：消費者庁ウェブサイト (2020 年)

### 発生場所

- 浴室・脱衣所
- 庭・駐車場
- ベッド・布団
- 玄関・勝手口
- 階段 など

## 環境整備で転倒予防

自宅で転倒しないためには、家の中の環境を整備することが大切です。危険がないか確認しましょう。

床はすっきりしていて、段差はありませんか？

段差にすりつけ板やスロープを設置しよう



照明の明るさは、適切ですか？

夜間に自動点灯する照明を設置しよう



家具が多く、歩きにくい環境になっていませんか？

家具の配置を見直しや歩く通路を確保しよう

特に、電源コードの通り道に注意



玄関や脱衣所のマットは、滑りにくい素材ですか？

ゴム製か  
滑り止めマットを使用しよう



その他転倒しやすい場所は「ぬかづけ」の合言葉で確認しましょう。

ぬ れている所

か いだんや段差

片 づけていない場所

## YouTubeで動画を配信しています

当院のYouTubeチャンネルでは、転倒予防を中心に健康情報を発信しています。運動や正しい靴の選び方など楽しく学べる動画がありますので、是非ご覧ください。

## 転倒を予防する足指トレーニング



## 転倒リスクを軽減させる正しい靴の選び方

年齢を重ねると筋力の低下や腰が曲がるなど歩き方が変わります。歩き方が変わると身体のバランスが取りづらくなり、転倒する危険性が高まります。予防のために、自分にあった靴を選びましょう。



転倒リスクを軽減させる正しい靴の選び方



その他の健康情報は  
岡山旭東病院チャンネルへ



# 岩藤胃腸科外科歯科クリニック

岩藤 知義 理事長・院長

## 施設の特徴

当院は、岡山市東区瀬戸町に平成元年に開業した有床診療所（19床）です。外科・内科を中心に、胃・大腸内視鏡検査、人工透析（CAPDを含む）及び歯科まで幅広い診療を最新の機器で診察しています。オープン型MRIを備えており、閉所恐怖症の方でも安心して検査をお受け頂けます。各種検査を充実した形でおこない、早期発見・早期治療に努めています。栄養指導やリハビリ訓練など多方面から患者さまをサポートしています。手術や高度な治療が必要な場合には、近隣の病院と連携を取りながら治療に当たっております。

在宅療養支援診療所として、訪問診療・往診を実施し、住み慣れた自宅でその方らしい生活が送れるように、多職種で連携して在宅での看取りもおこなっています。提携する介護施設も多数あり、予防医学から治療・リハビリテーション・介護・在宅支援までの一貫した総合的な医療とケアを提供できるようにしています。

患者様とそのご家族に寄り添い、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう全職員で取り組んでまいります。



**診療科目** 内科・外科・整形外科・総合診療科・透析診療・歯科・肝臓内科・循環器内科

### 診療時間

内科・外科・整形外科・総合診療科・透析診療・歯科

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
午後 15:00～18:30	○	○	○	○	○	○

肝臓内科

	月	火	水	木	金	土
午後 16:00～18:30	/	/	/	/	/	○

循環器内科

	月	火	水	木	金	土
午後 14:00～17:00	○	/	/	/	/	/

**休 診** 日曜 / 祝日

〒709-0855 岡山市東区瀬戸町沖343

☎ 086-952-1166 Fax:086-952-0880

<https://iwadou.or.jp/iwadou-clinic/>



### ◆公共交通機関をご利用の場合

バス停「砂場」を下車 徒歩2分  
駐車場35台、車椅子専用2台

## 本館 画像検査のMRIを工事しています

新しいIMRIへ更新するための改修工事を開始しました。工事期間中は、騒音やMRI稼働台数が減少しているため、検査予約が取りにくくなり、待ち時間が長くなる可能性があります。何卒ご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



入れ替え工事	12/16(月)～3/2(日)予定
稼働開始	3月中旬

## 職員の名札表記を変更します

2024年12月より順次、職員の名札をフルネーム・顔写真付きから、苗字のみ表記に変更します。従来よりも文字サイズが大きくなり、読みやすくなりました。

近年、カスタマーハラスメント対策として名札の表記を見直す動きが広がっています。患者さんにとってわかりやすい表記にするとともに、職員のプライバシーを守り、安心して働ける環境整備に取り組んでまいりますので、ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

## 1～3月 催しのご案内

**参加無料** 健康教室のご参加は、事前に申込みをお願いします。

- 1/22(水) 14:00～15:00 第137回転倒予防健康教室  
「リハビリと腰痛について」  
講師:整形外科 坂本一晴
- 2/13(木) 13:00～14:00 糖尿病教室
- 25(火) 14:00～15:00 第138回転倒予防健康教室  
「糖尿病について(仮)」  
講師:糖尿病ケアチーム
- 27(木) 13:00～14:00 糖尿病教室
- 3/6(木) 13:00～14:00 糖尿病教室
- 13(木) 13:00～14:00 糖尿病教室
- 15(土) 14:00～16:00 第70回園芸教室  
☆材料費1,000円
- 18(火) 14:00～15:00 第139回転倒予防健康教室  
「転倒予防の工夫  
- 岡山市の制度の紹介 - (仮)」  
講師:医療ソーシャルワーカー(社会福祉士)
- 22(土) 14:00～16:00 第42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1階イベントホール

感染症の流行状況により、急遽中止になる可能性もございます。参加される際は事前にホームページをご確認のうえ、お越しください。

申込み ☎ 086-276-3231(代表)  
オンラインでの申込み・最新の催し情報 ▶

## 病院統計 (2023年1月～12月)

外来患者延数	78,405人	地域医療支援病院紹介率	69.1%
入院患者延数	64,966人	地域医療支援病院逆紹介率	107.1%
新入院患者数	4,353人	救急患者搬入件数	1,914件
退院患者数	4,331人	脳神経外科手術件数	231件
平均在院日数	13.8日	整形外科手術件数	2,258件

地域医療支援病院  
公益財団法人 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、脳神経内科、リハビリテーション科、内科、循環器内科、麻酔科、放射線科、リウマチ科、形成外科、泌尿器科、皮膚科、救急科、健康センター、脳卒中センター、サイバーナイフセンター、PET・RIセンター、スポーツ・関節外科センター

〒703-8265 岡山県岡山市中区倉田 567-1  
Tel. 086-276-3231 Fax. 086-274-1028  
<https://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)

## あともがき

当院では高齢者の足の骨折が多くみられます。歩けなくなると日常生活の不便に加え、肺炎や認知の低下をきたすこともあり、転倒にはくれぐれもご注意ください。

院長 吉岡純二