



Vol.39

2019.04

TAKE FREE

花 はな 水 みず 木 き

【ご自由にお持ち帰りください】



特集

手首の骨折とリハビリ

病院
の
理念

「心のこもった医療」

基本
方針

- ① 窮境にある人々の医療を積極的に支援します。
- ② 安全で良質な医療を心をこめて提供します。
- ③ 医療の透明性とアカウンタビリティ(説明責任)に忠実である病院を実現します。
- ④ 地域の中核病院として、また救急医療を含む急性期医療の実践により地域医療に貢献できる病院を実現します。
- ⑤ 常に研鑽を積み、最高、最適の医療を追求します。

手首の骨折と リハビリ



上肢疾患・外傷と リハビリテーション

整形外科副部長
さかぐち きみかず
坂口 公一

手を含む上肢は微細な作業から重量物の運搬までさまざまな役割を果たしています。人体の中で露出が多いため外傷を受ける頻度が高い部位です。また、解剖学的構造により腱鞘炎や絞扼性神経障害こうやくせいしんけいしょうがいなども多発しますし、退行変性による障害も起こりえます。その障害はADLに大きな影響を与えることは論を俟ちません。したがって、的確な診断と適切なタイミングでの治療が重要となってきます。

とうこつえん い たんこつせつ
橈骨遠位端骨折（手首の骨折）

骨粗鬆症を基盤とする骨折の中で脊椎圧迫骨折、大腿骨近位部骨折に次いで患者さんの多い骨折です。転倒時に反射的に手をつくことが可能な比較的に活動性の高い50~70歳に高率に発生します。したがって、日常生活動作障害を惹起する手関節の機能低下をいかに起こさずに治療するかが課題となります。

当院では現在主流のロッキングプレートを用いた手術を行っています。以前は手術を行ってもプレート固定の緩みの恐れから、1~2ヶ月間のギプス固定の追加を余儀なくされることも多かったのですが、現在では著しく粉碎しているなどの特殊な症例でなければ術後早期（数日後）からの関節可動域練習、早期社会復帰が可能となっています。



従来のギプス固定では
1~2ヶ月かかっていた
固定期間も、



現在主流のロッキング
プレート手術の場合、
固定期間は1~2週間で済み、
早期から日常生活での
手の使用や入浴も可能です。

その他、手指が屈伸時に引っかかって疼痛のある腱鞘炎（バネ指）や、親指~薬指にかけてのしびれ痛み（手根管症候群）などは短時間の手術で改善が見込めます。



◀ バネ指

親指の付け根が痛み、指を開こうとすると、バネが弾けるように指が急に伸びる「バネ現象」が起こります。



◀ 手根管症候群

主な症状として、親指から薬指にかけてのしびれ感と感覚低下が挙げられます。

お困り際にはかかりつけ医より紹介、ご予約いただき受診いただければと存じます。

橈骨遠位端骨折の リハビリ

リハビリテーション部
作業療法士

かやま みさお
鹿山 操

橈骨遠位端骨折は、骨折の中でも比較的多くみられる骨折の一つです。当院では主にロッキングプレートという金具を使用した手術を受けられた方にリハビリ（作業療法）を提供させていただきます。

手術後、しばらくの間は、重いものを持つことや手をつくことはできません。又、手首の関節周辺の強い痛みや腫れが出てきます。そのためタオルを絞ることやペットボトルの蓋を開けること、家事動作では鍋を持つことや冷蔵庫の開け閉めが行いにくくなります。

手術後のリハビリは出来るだけ早期から行い、無理のない範囲で自分で手を動かしていくことが大切になってきます。普段どのように手を使用されているのか、仕事内容などをお聞きしながら、その人に合わせた日常での手の使い方を練習していただきます。

リハビリでは健康な手を100%として、骨折した手は3～5か月で関節の動きが80%、握力は70%の回復を目標にし、生活の中で問題なく使えることを目指します。

自宅でできるリハビリ つまみ訓練

使用するのは、豆など指でつまむ物とタオル、ビンです。
豆をつまんでビンの中に入れましょう。

親指と人差し指、
中指、薬指、小指で
豆を順番につまんでいきます。



徐々に豆を小さくしましょう。

大



小

骨粗鬆症と健康寿命

副院長（整形外科） 庄司 恭之 しょうじ やすゆき



検診では「いつまで薬を飲み続けるのか?」「ほかにも薬があるからできるだけ飲みたくない。」と話す方がおられますので簡単に説明します。

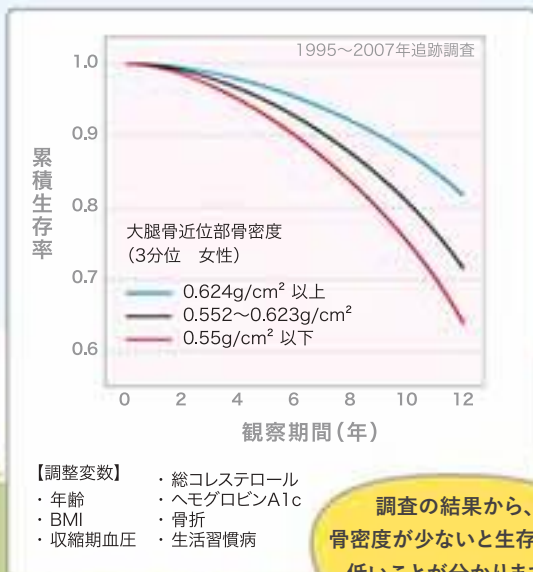
まず、骨粗鬆症治療の目的は骨折を予防し健康寿命を延ばすことです。骨粗鬆症は特殊な場合を除いて年齢に伴って性ホルモンが減少することで発症します。

食生活や運動習慣は大きな影響がありますが最も大きな要素は年齢です。お薬による治療で骨折は明らかに起こりにくくなりますが、薬を中断し治療の効果がなくなれば、徐々に骨は弱くなっていきます。だから、できる限り治療を継続することをお勧めします。骨の内部に1年以上とどまる薬もあるので、このような薬剤であれば骨密度が改善していれば一定期間の休薬は可能です。

服用の面からは1日1回服用するものから1年に1回だけ点滴する薬まで各種開発されていますので担当医と相談して状態に応じた薬剤を継続されることをお勧めします。

骨折を予防して元気に年を重ねられますよう、一緒に治療していきましょう。

▼ 骨密度初回調査時からの累積生存率



調査の結果から、
骨密度が少ないと生存率が
低いことが分かります。

▼ 骨粗鬆症の薬一覧

| ◆ 骨が破壊されるのを抑える薬 | |
|--------------------------|-------------------------------------|
| ビスホスホネート薬 | 骨を壊す破骨細胞に働きかけ、骨密度(骨量)を増加させて骨折を予防します |
| 選択的エストロゲン受容体モジュレーター(サーム) | 閉経後女性を対象に、女性ホルモンと同じ作用で骨が減るのを抑えます |
| 抗ランクル抗体薬 | 骨を壊す破骨細胞に働きかけ、骨密度(骨量)を高めて骨折を予防します |
| ◆ 骨が作られるのを促す薬 | |
| 副甲状腺ホルモン薬 | 骨を作る骨芽細胞に働きかけ、骨の形成を促します |
| ◆ 骨に足りない栄養素を補う薬 | |
| カルシウム薬 | 骨に必要なカルシウムを補います |
| 活性型ビタミンD ₃ 薬 | 腸からのカルシウム吸収を助けます |
| ビタミンK ₂ 薬 | ビタミンKの摂取不足を補います |

医療費の不安なく治療に専念していただけます。

「無料低額診療事業」は、安心して治療を継続していただくための、社会福祉法に基づく事業です。世帯収入が一定基準に満たない方を対象に、当院の医療費を免除もしくは減額しています。

- ▶ まずは当院の患者支援センター福祉相談室にご相談ください
- ▶ 相談時は収入状況がわかる資料をご持参ください



お問い合わせ

大阪府済生会千里病院
患者支援センター

代表電話 **06-6871-0121**

受付状況によりお待たせする場合がございます。予めご了承ください。

相談時間

| | |
|-----|---------|
| 平日 | 10時～16時 |
| 土曜日 | 10時～12時 |

GW 2019年 ゴールデンウィークの 外来診療について

新天皇の即位日となる2019年5月1日を「1年限りの祝日」とする方針が政府より表明され、祝日法に基づき「4月30日」「5月2日」も休日となります。しかし、地域医療への影響を考慮し、当院では「4月30日～5月2日」について、平常どおり診療を行います。

なお、当院では外来診療は、原則として診療所等からの紹介による予約制となっておりますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

| 4月27日(土) | 4月28日(日) | 4月29日(月) | 4月30日(火) | 5月1日(水) | 5月2日(木) | 5月3日(金) | 5月4日(土) | 5月5日(日) | 5月6日(月) |
|----------|----------|----------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| | | 昭和の日 | | 即位の日 | | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | 振替休日 |
| 診療日 | 休診日 | 休診日 | 診療日 | 診療日 | 診療日 | 休診日 | 休診日 | 休診日 | 休診日 |

外来患者さんを対象とした満足度調査にご協力いただき、ありがとうございました。2018年度の調査結果がまとまりましたので、ご報告いたします。なお、次号では入院患者さんを対象とした満足度調査の調査結果をご報告したいと思います。

- 調査期間：2018年11月12日(1日間)
- 調査対象：調査期間中に、ご来院いただいた外来患者さんのうちご回答いただいた方(回答数:317)

済生会千里病院の満足度：**75.2%**

※計算方法：分母：アンケート項目4-2「当院の満足度」への総回答数(有効回答数:310)
分子：分母中「大変満足」「満足」の回答数(大変満足:120、満足:113)



😊 満足度ベスト5

| 順位 | 項目 | 満足度 |
|----|-------------------|-------|
| 1位 | 中央採血室での対応 | 82.9% |
| 2位 | 医師の言葉づかい、態度、身だしなみ | 82.3% |
| 3位 | 医師の説明 | 80.1% |
| 4位 | 入院受付の対応 | 79.6% |
| 5位 | 理学療法士の対応 | 78.6% |

😞 満足度ワースト5

| 順位 | 項目 | 満足度 |
|----|---------------|-------|
| 1位 | 待ち時間の長さ | 37.5% |
| 2位 | プライバシーの保護 | 56.3% |
| 3位 | 案内表示等の分かりやすさ | 58.9% |
| 4位 | 各診療科受付事務職員の対応 | 64.1% |
| 5位 | 診療開始までの時間 | 66.2% |

※計算方法：上記「済生会千里病院の満足度」の計算方法と同じ。各項目の有効回答数に対する「大変満足」「満足」の割合



外来患者さんの75.2%の方に、「大変満足」「満足」のご回答をいただきました。満足度の低い項目としては、「待ち時間の長さ」などでした。

ご回答いただいたご意見をもとに改善を行い、患者さんにとって少しでも心地よく受診していただける環境を整え、当院の理念である「心のもった医療」の提供に努めてまいります。より多くの患者さんからのご意見を伺いたいと思いますので、今後ともご協力をお願いいたします。

なお、満足度調査は年に1回ですが、院内には「患者さんの声」というご意見箱を院内に常時設置しておりますので、そちらへの投書でもご意見をお受けしております。

糖尿病教室

いずれも13:00～14:00開催

- ① 4月2日(火)「糖尿病とは」
「糖尿病治療のリスク管理
～お薬の飲み合わせについて考える」
- ② 5月7日(火)「未定」
- ③ 6月4日(火)「未定」

【開催場所】 災害管理棟1階 会議室1

お問い合わせ

栄養科 06-6871-0121 内線208

心臓病教室

毎週水曜日 11:30～

【開催場所】 病院4階 心臓リハビリテーション室

お問い合わせ

心臓リハビリテーション室 06-6871-0121 内線680

南千里地区公民館主催健康講座

(※先着200名
要予約)

5月11日(土) 13:30～16:00

「乳がんの診断と治療」他1題

【開催場所】 千里ニュータウンプラザ 2F 大ホール

お問い合わせ

南千里公民館 06-6833-5153

吹田市山一地区主催市民健康講座

(※定員50名
予約不要)

5月25日(土) 13:00～14:00

「手の痛み・しびれ、大丈夫ですか」

【開催場所】 吹田市 山一地区公民館

お問い合わせ

山一地区公民館 06-6877-9500

北千里地区公民館主催健康講座

(※先着100名
予約不要)

6月8日(土) 13:30～16:00

「乳がんの診断と治療」他1題

【開催場所】 北千里地区公民館 2F 大会議室

お問い合わせ

北千里地区公民館 06-6834-2921

母親教室 (※要予約)

助産師が妊娠後半期のマイナートラブルや分娩経過・入院方法について分かりやすく説明しております。ご家族の参加もお待ちしております。

毎月2回 (第1木曜日・第3土曜日)

【開催場所】 病院3階デイルーム

お問い合わせ

産婦人科外来 06-6871-0121 ※要予約



地域医療支援病院 大阪府がん診療拠点病院

社会福祉法人

恩賜
財団

大阪府済生会千里病院

〒565-0862 大阪府吹田市津雲台1丁目1番6号

TEL:06-6871-0121 FAX:06-6871-0130

ホームページ <http://www.senri.saiseikai.or.jp/>



アクセス

- ▷電車……………阪急千里線「南千里駅」下車すぐ 北大阪急行線「桃山台駅」からバスで約10分
- ▷車……………院内駐車場をご利用ください(有料)
- ▷無料巡回バス…東コース、西コース、北コースの3つの路線がございます

