

お知らせ

心臓血管外科 診察室変更 4/16(月)から4階4番に



4月16日(月)より、「心臓血管外科」(月・金曜日、午後)の外来診察室が2階6番から**4階4番**に変更となります。なお、「心臓血管外科(フットケア外来)」

(土曜日、午前)については、これまでどおり2階6番で診察いたしますので、お間違えのないようご注意ください。

○

また、当院では急な体調不良等で予約なく内科受診を希望される方向けに「一般内科外来」(月曜～金曜日、午後)を開設していますが、こちらの診察室も4月16日より4階4番から**2階6番**に変更となります。

列車・路線バスで来院される方へ



ダイヤ改正で 運行時刻が一部変更



3月17日のJR東日本春のダイヤ改正により、内房線・外房線ともに列車時刻が一部変更となっています。

内房線については館山駅の接続が改善したほか、利用状況からデタイム(10時～16時)1往復の運転が取り止めとなっています。外房線についても朝晩の一部列車で、運転区間の変更が生じています。

○

また、当院と平塚本郷・東京湾フェリー間を結ぶ鴨川日東バスの路線バス(長狭・金谷線)の時刻も4月1日より一部変更となっています。ご利用の際はご注意ください。これに伴い、亀田クリニック1階や亀田総合病院Kタワー1階で配布している「通院交通機関のご案内」を改訂いたしましたので、必要な方はお持ちください。

bayfm「MEDICAL UPDATES」

春原佑紀さんがラジオパーソナリティーをつとめるベイエフエムの午後のワイド番組『it!!(イット)』では、毎週火曜日午後3時から、当院のスタッフが出演する「MEDICAL UPDATES」のコーナー(約10分)が好評放送中です。

4月は佐藤麻依琴手術看護認定看護師が出演いたします。ぜひ、お聴きください。

第6回 介護職員初任者研修 受講者募集中



地域で活躍する介護職員を養成するため、下記のとおり「第6回介護職員初任者研修」を開催いたします。介護に必要な基礎知識を学び、介護技術を修得していただく研修です。受講を希望される方は、5月11日(金)までにお申し込みください。

■日時：5月31日(木)～9月12日(水)
25日間(午前9時～午後4時)

■内容：130時間

※なお、1時間程度の修了試験があります。

■受講料：55,000円(消費税込み、テキスト代含む)

■定員：30名(10名未満の場合は中止いたします)

■申込締切：5月11日(金)

■申込方法：履歴書(市販の物使用 B4サイズ、写真貼付)、返信用封筒(82円切手貼付、宛先記入)の2点を下記までご郵送ください。

宛先 〒296-8602 鴨川市東町929

亀田総合病院 継続学習センター 宛

■選考方法：書類選考及び面接審査
(追ってご案内いたします)

■問い合わせ先：亀田総合病院 継続学習センター
月～金 午前9時～午後5時
TEL:04-7099-1165(直通)

お願い 入院中の履き物について

入院中は慣れない環境、あるいは活動の減少にともない、足の筋力が低下して転倒してしまう患者さまが多くいらっしゃいます。

そのため、普段から履き慣れた運動靴など、かかとつきのものをご用意くださいますようお願いいたします。なお、スリッパやサンダルは脱げやすく、摩擦が強いとつまずきやすいため、当院では禁止とさせていただきます。

入院中の転倒を防止するため、ご理解とご協力をお願いいたします。



ちよつとためになる こつしょうしょう ついたいこっせつ 骨粗鬆症と椎体骨折の話

脊椎脊髄外科
久保田基夫

第2話 「骨粗しょう症と椎体骨折」

骨粗しょう症の定義について

骨粗しょう症、医学的にはどのように定義されているのでしょうか？ もとの文章は英文で、しかも小難しい表現になっていますが、思い切って要約すると「**骨粗しょう症は骨がもろくなって、骨折しやすくなった状態**（1991年、コンセンサス会議）」とすることができます。

では、骨の丈夫さ（骨強度）はどのように定義されているのでしょうか？ 2000年の専門家会議では、「**骨強度（骨の丈夫さ）は骨密度と骨質の2つの要因からなる**」と報告されています。「骨の量」と「骨の質」、両方とも大切なんだよというわけです。

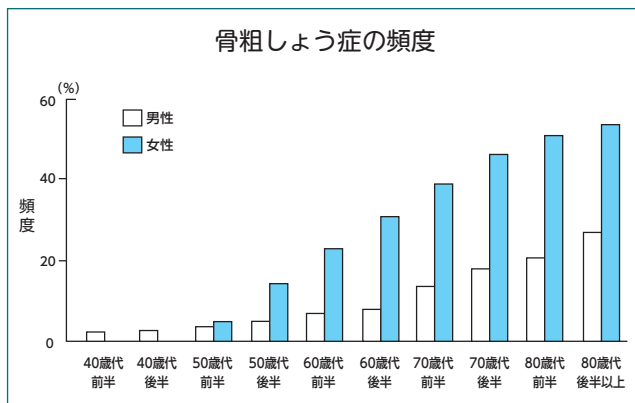
骨密度はレントゲン撮影を用いて測定します（DXA法：デキサ法）。臨床的にはYAM値（ヤム値、young adult meanの略です）がよく用いられます。これは「若い人の骨密度を100%としたとき、患者さまの骨密度はどのくらい低下しているか」ということを示しています。よく使う言葉ですので、ぜひ覚えておいて下さい。

骨粗しょう症は「**骨折の有無と骨密度の組み合わせ**」により診断します。具体的には、1) 大腿骨近位部または椎体に脆弱性骨折（普通では折れないような弱い外力での骨折）が認められる場合には骨粗しょう症とする、2) 脆弱性骨折がない場合にはYAM値が70%以下の時骨粗しょう症とする、というように決められました。この定義によれば、骨密度が低ければ（YAM $\leq$ 70%）当然骨粗しょう症ですが、脆弱性骨折が認められる場合には骨密度にかかわらず骨粗しょう症としようというわけです。本当はもっと複雑な条件が付いていますが、そこまで気にする必要はありません。

骨粗しょう症の発生頻度

日本では骨粗しょう症の患者さまはどのくらいいるのでしょうか？ 1000人に1人、それとも100人に1人

位？・・・2005年の大規模調査によれば、なんと国民の10人に1人、1280万人（男性300万人、女性980万人）が骨粗しょう症であると推定されています。グラフは「骨粗しょう症人口の推定（山本逸雄，1999）」から抜粋したのですが、骨粗しょう症は圧倒的に女性に多く、60歳を超えると急速に増加していることがわかりますね。



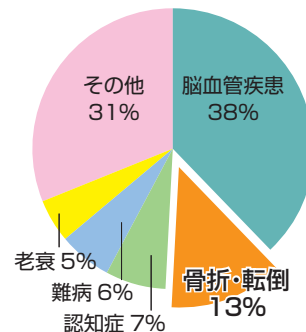
骨粗しょう症性椎体骨折

骨がもろくなると尻もちなどごく軽い外傷で、簡単に背骨がつぶれてしまうことがあります。これを「骨粗しょう症性椎体骨折」と呼んでいます。以前は骨折の形態により「圧迫骨折、破裂骨折」と区別していましたが、現在はどちらも「椎体骨折」と統一されました。

わが国では70歳代の25%、80歳代では43%に椎体骨折が認められ、なんと年間100万人近い患者さまが椎体骨折を起こすと推定されています。これはもう、他人ごとではありませんね。

椎体骨折は、持続する高度な腰痛だけでなく、背骨の変形や姿勢の異常、運動機能障害や内臓機能障害の原因となります。厚生労働省の調査によれば、寝たきりの原因の13%が骨折・転倒によると報告されています。またアメリカで実施された5万人を対象とした追跡調査では、椎体骨折があると死亡率が2倍になるとも報告されています。これはかなりショッキングな数字ですね。こうなると、たかが腰痛と見過ごすわけにはいきません。

寝たきりの原因



(国民衛生の動向2001)

医師紹介

すずき しんや
鈴木 信哉 医師

- ①担当科目
- ②診療における得意分野
- ③趣味
- ④ひと言



①救命救急科（部長）、高気圧酸素治療室（室長）

③ウォーキング

④海上自衛隊にて25年以上にわたり潜水医学の研究、教育、臨床に従事してまいりました。安全な潜水を普及させ適切な潜水事故対応や健康管理に貢献したいと考えています。潜水医学を専門とする医師は極僅かですので、専門医の育成にも取り組みたいと考えております



Kameda Medical Center

亀田ホームページ <http://www.kameda.com>