3月15日号

●〒296-8602 千葉県鴨川市東町929 ●TEL04(7092)2211代)●発行責任者 亀田隆明 ●作成 広報企画室

●毎月1日·15日発行

## 天神川の路肩補修工事に伴う 交通規制のお知らせ

ф

をお願いいたします。

 $\bigcirc$ 

0

3月15日(月)~25日(木)の間, 亀田クリ ニックと亀田総合病院Kタワーの間を流れ る普通河川「天神川」の路肩補修および法 面工事を鴨川市が行います。

これに伴い,河川に沿って走る市道(亀 田クリニックとKタワーの間の赤い斜線部分)が,工事期 間中、9:00から17:00の間で片側交互通行となります。 国道からの進入車両を優先的に誘導いたしますが、同区間 の渋滞が予想されるため、「ロイヤル駐車場」(1回300円、 Kタワー玄関前まで無料送迎バスが運行)の利用にご協力

当院をご利用の皆さまには大変ご迷惑をお掛けいたしま すが、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。



### 住所や電話番号は ■ お変わりないですか?

### ■登録変更手続きのお願い

まもなく新年度を迎えますが、就職や転勤、退職など で健康保険証が変わったり、転居で住所や電話番号の変 更があった場合は、受付窓口にて登録変更手続きをお取 りくださいますよう、お願いいたします。

当院から書類等を郵送する場合や、急ぎのご連絡をさ せていただく際に、現在ご登録いただいている住所や電

話番号が変更されていると、書類の受 け渡しや電話連絡に支障をきたしま す。お手数をお掛けいたしますが、何 卒ご協力をお願いいたします。



# 新型コロナウイルスワクチン

2月から全国100の医療機関のおよそ4万人を対象 に、新型コロナウイルスワクチンの先行接種が進んで いますが、3月からはおよそ470万人の医療従事者に 対する優先接種も本格的に始まりました。

千葉県では、およそ20万人の医療従事者に対する優 先接種が予定されており、基本型接種施設となってい る当院にも、ワクチン供給の第一弾が届きました。こ れを受け、3月9日(火)にはワクチン接種のシミュレー ションが行われ、3月15日(月)より職員への接種が順次 開始されます。



簡単にご自身の外来予約情報(診察・検査・リハビリ) を確認できるサービスをご存知ですか?

[予約の日時をうっかり忘れてしまった] [予約票を紛 失してしまった」という方は、ぜひこちらのサービスを ご活用ください。近年、上記の理由でお問い合わせをい ただくことが増えており、予約センターの回線がつなが りづらくなる一因になっています。バーコード付きの予 約票は自動再来受付機で受付をする際に、診察券の代わ りとして使用することができ便利です。捨てずに保管 いただけますと幸いです。

### 【利用方法】

まずは、お手元に診察券をご用意 いただき, 右記初回登録QRコードま たは初回登録用URL(https://www.

kameda.clinic/booking\_confirmation/signup/)か ら「登録」を行ってください。(※ご登録いただけるのは ご本人のみです)

登録が済んだら、次は確認用QR コードまたは確認用URL (https:// www.kameda.clinic/booking confirmation/) から 「外来の予約情 報」を確認してみてください。なお、予



約情報は翌日以降反映されます。また, 診療上の都合に より、情報を非公開とさせていただく場合がありますの で,あらかじめご了承願います。

■新規予約・変更は「予約センター」へ

☎04-7099-1111(8:00~17:00/日曜・祝日除く)

### 第2話 「足のねんざとは?」

こんにちは、スポーツ医学科医師の服部惣一です。スポーツ医学科で「足の痛みねんざ外来」を担当しています。前回のコラムでは、「足の痛みねんざ外来」を立ち上げた経緯ならびに自己紹介をさせていただきました。今回は「足のねんざって何が悪いの?」という点と、2020年9月までの約1年間留学していたピッツバーグの紹介をさせていただきたいと思います。

米国ペンシルベニア州南西部に位置するピッツバー

グは、Allegheny River とMonongahela River という二つの川が交差してOhio Riverになる「中洲」であり、世界で一番橋が多い町の一つに数えられています(写真)。古くから交通の要所となっていて、1700年代後半のアメリカ独立戦争の前には、この地を巡って



Monongahela River 沿いにある ピッツバーグ大学の研究所群

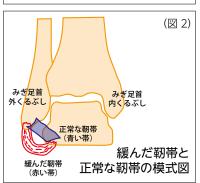
ネイティブアメリカンとフランスとイギリスが熾烈な争いを繰り広げました。ピッツバーグはこの地をフランスより奪還したイギリスのピット(Pitt)将軍に由来しており、PittBorough(ピットの街)が短くなってPittsburghと呼ばれるようになりました。

私が住んでいたSquirrel Hillは日本語に訳すと「リスの丘」となり、文字通り自然豊かなところで、野生のリスやシカに頻繁に遭遇しました。シカがいるという点では鴨川も同じですが、5kmほどいくと高層ビルが建つDowntownや、ピッツバーグ大学と病院がひしめくOaklandという地域になります。近くには一周すると5~7kmほどあるFrick Parkという森林の公園がありト

レイルランもできました。こうした環境が嬉しくて毎日 走っていましたが、しばしば足首をねんざしていました。

このような足首の ねんざはスポーツで 起こるケガのうちの 最も多いケガの一つ で、みなさんも一度 は経験したことがあ ると思います。「骨 じゃなくてねんざだ から大丈夫」という 言葉をよく耳にしま すが,足首を内側に ひねった時には85% の確率で靭帯を損傷 しています(図1参 照)。初めて靭帯を 痛めた時に「固定す る」「安静にする」と いった治療をしない と靭帯がゆるんでし まいます(図2参照)。 そうなってしまう





と、いわゆる「ねんざ癖」がついてしまい、私のように足場が悪いところを走ったりするとすぐにねんざをするようになってしまいます。このようなねんざ後の状態を「足かんせつふるんでいしょう 関節不安定症」と呼びます。

足関節不安定症を放っておくと足の様々なところに痛みがでてきます。緩んだ靭帯は足の外くるぶしの少し前にある(図2参照)のですが、足首の前側が痛くなったり、後ろが痛くなったり、内側が痛くなったりします。これは緩んだ靭帯のせいで、軟骨が傷んできたり、骨が衝突したり、腱という組織に負担がかかって起こります。ねんざを放っておくと、このような後遺症に苦しむことになってしまいます。

次回のコラムでは、「足の痛みねんざ外来」でどのよう な治療を行っているか、エコーを使った最新の手術を含 めて、ピッツバーグでの留学生活とともに説明したいと 思います。

## 医師紹介 柘植 雅嗣屬

Kameda Medical Center

①担当科目 ②診療における得意分野 ③趣 味 ④ひと言



- ①麻酔科(医長)
- ②麻酔, 区域麻酔
- ③野球, バスケットボール, ボクシング, ゴルフ, 読書, 将棋, マンガ, アニメ, ゲーム
- ④「麻酔ってよく分からない」「意識がなくなって怖い」 「術中、術後の痛みが心配」等、患者さまが思う不安 を少しでも和らげるよう、自分ができうる最大限の 麻酔を提供致します