



いつでも、どこでも、誰でもが最善の医療を受けられる社会へ

-mind



2024
Vol. 27

9~11月号

人工関節置換術などで
腰や膝の痛みを軽減し
患者さんのQOL向上に貢献

田村 誠

聞かせて!
整形外科
部長

おすすめレシピ/旬をからだに
鮭としめじのクリーム煮

コラム
アクティブな人生を
サポートする
人工関節置換術

Information



医療法人徳洲会
成田富里徳洲会病院



聞かせて！
整形外科 部長

田村 誠

Makoto Tamura

人工関節置換術などで
腰や膝の痛みを軽減し
患者さんのQOL向上に貢献

PROFILE

【たむら・まこと】

2004年金沢医科大学卒業。2024年より当院常勤医。日本整形外科学会
整形外科専門医。日本整形外科学会。

腰・膝・肩の痛みや 骨折・捻挫などに対応

今年4月、整形外科部長として入職し、外来では診療にもあたっています。

整形外科には、年齢とともに悪化する腰・膝・肩の痛みをもつ患者さんが多く来院されます。また、さまざまな部位で起こる骨折や捻挫^{ねんざ}の患者さんも多いです。腰痛が圧倒的に多くて、50代・60代くらいから増えてきますし、ぎっくり腰などは20代でも起こることがあります。

痛みの強い変形性股関節症／変形性膝関節症では、人工関節置換術という手術により、大幅に痛みを取る効果が期待できます。当院では、地域のクリニックからの紹介を受けて、これらの手術適応の患者さんが来院する場合があります。

技術が向上している 人工関節置換術

整形外科医になって20年になりますが、昔に比べて人工関節置換術は大きく向上しました。より低侵襲になり、麻酔管理や術後のケアなど医

療全体の技術も進展しています。

リハビリテーションのやり方も、以前よりもアクティブに、早くどんどん良くしていこうという考えに変わっています。昔は1～2カ月の入院は当たり前でしたが、いまは順調にいけば2週間程度で退院できることもあります。

ただし、変形性股関節症／変形性膝関節症の治療において、手術するかどうかの選択はケースバイケースです。確率は高くありませんが合併症のリスクもあり、置換した股関節が脱臼して元に戻すのに難渋した患者さんもいらっしゃいます。手術する利点・欠点と、手術しない利点・欠点を念入りに説明して選んでいただくようにしています。

早期からの充実した リハビリを提供

70代・80代くらいになると、歩いている時につまずいたり、足をひねったり、階段を踏み外したりして、転んだだけで骨折するということがよくあります。高齢者では、そのまま歩く気力を失くしてしまったりして、こう

した骨折が寝たきりの原因にもなりえますので、早期からのリハビリが大変重要です。基本的には入院した日からリハビリは始まります。手術後もすぐにリハビリを始めて、退院までずっと、あるいは退院後も継続が必要です。

当院はリハビリの専門職が多く、入院・外来ともにリハビリが充実していると思います。回復期リハビリ病棟もあるので、手術後に転院せず当院だけでリハビリを終えることも場合によって可能です。転院・退院となる場合も、医療相談員がしっかり調整しています。

整形外科医はリハビリ中も進捗状況など患者さんの情報を共有し、自宅に帰れる状態になると退院を指示します。無事に退院してもらえると、私も良かったなと思いますね。

体育会系の雰囲気惹かれ 整形外科医に

私の父親も病院で医者をしていました。昔は専門分野に関わらず診療を行っていたらしく、泌尿器科を担当しつつ盲腸や骨折なども治療していたという話を聞いたことがあります。

私自身は、正直なところ「目指す医者像」のようなものがないまま医大に入りました(笑)。その後、研修先の整形外科部長の人柄に惹かれたこともあって、整形外科を選びました。整形外科医は体育会系の明るい人が多くて、馴染みやすかったですね。大学の頃は私自身もサッカー部に入っていましたので。

順天堂大学のいくつかの関連病院で整形外科医として勤め、実家に近い銚子の病院で働いた後、ちょうど次男が誕生したタイミングで当院の整形外科に入りました。

手術室にずっといるのではなく、外来と病棟を行き来して動き回っている整形外科が自分には合っているかなと思います。数カ月一度くらい大変な手術が必要な患者さんがいらっしゃるのですが、それがうまく

いった時はやりがいを感じますね。

診療では、患者さんが怖がらないよう穏やかに接することを心掛けています。また、患部を見るだけでなくなるべく触るようにしています。そうすることで腫れや感染症に気づくことがあります。

患者さんのQOL向上に 貢献できる分野

いま救急車で骨折などの患者さんが多く整形外科に来ていますが、その他の診療も充実させていきたいと思っています。外来診療の曜日も増えましたので、気楽にご相談ください。変形性股関節症／変形性膝関節症で人工関節置換術を希望している患者さんの紹介もお待ちしております。人工関節置換術のような手術は、

比較的若くて生活上どうしても痛くて困るので手術したいという人もいれば、痛いけど在宅中心の生活なのでリスクは避けたいという人もいて、これは患者さんの生活状況によって千差万別です。

「痛みで最近旅行に行けていない。旅行を楽しめるようになりたい」と、手術を選ぶ方もいます。整形外科は患者さんの生死に関わるといふより、QOLの向上に貢献できる分野です。診療を進める上で患者さんの家族構成やプライベートな話を聞く機会もあり、生活に密着しているところがあります。

痛みが改善することで患者さんの生活は大きく変わり、喜んでもらえる仕事ですね。前向きに生活を楽しむことができるよう、皆さんのお役に立ちたいと思います。



コラム アクティブな人生をサポートする人工関節置換術

「人工関節置換術」は、変形性関節症や関節リウマチ、ケガなどで変形・損傷した関節の表面を取り除き、人工関節に置き換える手術です。股関節や膝の他、肩、指などさまざまな関節に対して行い、関節の痛みを軽減します。中でも人工股関節全置換術は「20世紀で最も成功した手術」と言われるほど、患者さんへのメリットが大きい手術です。

人工関節は1970年代から開発が始まりました。当初は、手術後10年～15年程度で人工関節を入れ替える必要があった

ため高齢者が対象でしたが、現在では金属、ポリエチレン、セラミックなど素材が改良され、長期間の使用が可能になったため、幅広い年代の患者さんに選択されるようになってきました。

人工関節置換術にはデメリットもありますが、その発症率はかなり低く、主治医の指導の下、術前術後にきちんと対策していれば、まず発症することはありません。より若いうちに手術を受けることで、日常生活がスムーズになり、軽い運動なども楽しめるようになります。

人工関節のメリット

- 痛み的大幅な軽減
- 歩きやすくなる
- 姿勢の改善
- 活動範囲が広がる
- 身体他の部位や関節への負担の軽減

デメリット

- 感染症などの合併症
- 下肢の血栓
- 人工関節の摩耗やゆるみ、脱臼



整形外科 外来	受付時間	月	火	水	木	金	土
	午前 8:30 ~ 11:30	○	○	○	○	○	○
	午後 13:00 ~ 16:00	○	○	予約のみ~14:00	○	○	×

田村医師の外来は月曜日(午前・午後)、水曜日(午前)となります。※2024年9月現在

旬をからだに **おすすめレシピ** recipe

鮭としめじのクリーム煮

材料(2人前)

- 生鮭…………… 2切れ
- 塩…………… ひとつまみ
- 薄力粉…………… 適量
- バター…………… 5g
- にんにく(すりおろし) …… 小さじ1
- しめじ(小房に分ける) …… 1/2株
- ほうれん草
(下茹して一口大にカット) …… 1/2束
- 顆粒コンソメ…………… 小さじ1
- 薄力粉…………… 大さじ1
- 牛乳…………… 200ml
- 味噌…………… 小さじ1
- こしょう…………… 少々

つくり方

- ①鮭に塩を振り、薄力粉を両面にまぶす。
- ②フライパンにバターとにんにくを入れて、弱火でにんにくの香りが出るまで加熱する。
- ③鮭としめじを入れて、中火で鮭の両面に色がつくまで焼く。
- ④Aを全て混ぜ合わせる。
- ⑤弱火にしたらAを加え、とろみがつくまで加熱する。
- ⑥ほうれん草を加え、こしょうを振ったら完成。

A



◎1人前 エネルギー 270kcal
たんぱく質 28g ビタミンD32μg
カルシウム 155mg 食塩相当量 1.5g

* レシピのポイント *

このメニューはたんぱく質、ビタミンD、カルシウムをバランスよくとれます。鮭はビタミンDを豊富に含み、一切れて1日の目安量を補うことができます。ビタミンDは腸からのカルシウム吸収を促進する作用があります。そのため、牛乳などカルシウムを含む食品と一緒にとることがおすすめです。ぜひお試しください。



★ビタミンD 目安量 8.5μg/日(75歳以上男女)
カルシウム 推奨量 700mg/日(75歳以上男性)
600mg/日(75歳以上女性)

[日本人の食事摂取基準2020年版より引用]

Information



徳田虎雄・医療法人徳洲会名誉理事長が逝去



医療法人徳洲会(徳徳)の徳田虎雄・名誉理事長が7月10日、86歳にて逝去いたしました。徳洲会を創設したのは1973年1月。当時、35歳という若さで、大阪府松原市に第一号の徳田病院(現・松原徳洲会病院)を開設しました。資金の確保が厳しく、自らの生命保険を担保に金融機関から融資を受け、個人立の病院として開院し、小規模ながら

「年中無休、24時間オープン」、「断らない医療」を標榜し、とくに救急医療の実践に腐心しました。

名誉理事長の活動の原点は幼少期にあります。兵庫県で生まれ、ほどなく徳之島に移住。小学生の時に弟が夜間、発病し暗い山道を走り、医師に往診を依頼したものの応じてもらえず、翌日、弟を亡くされました。この時の怒りや悲しみ、恐怖が、自ら医師となって最善の治療が受けられる病院を全国につくることを決意させ、「生命だけは平等だ」の理念、「いつでも、どこでも、誰でもが最善の医療を受けられる社会」を目指すという大方針を生み出しました。

徳洲会グループは徳田・名誉理事長が掲げた理念を受け継ぎ、今後もより一層、患者さんのために尽力してまいります。



「とみちゃん」は富里市の公式マスコットキャラクターです。

成田富里徳洲会病院の運営方針

徳洲会の基本理念「生命だけは平等だ」をこの成田富里の地で実現することを使命として運営します。

理念の実行方法

1. 救急患者さんを断らない
2. 患者さんからの贈り物は一切受け取らない
3. 安心安全な質の高い医療を提供する
4. 地域のニーズに耳を傾け、患者さん目線で医療を提供する
5. 高度な技術と豊かな人間性を併せ持つ医療人を育成する



国道51号線からの場合、京成成田駅入口の信号を富里方面へ曲がり約100m 東関東自動車道の場合、富里ICより成田駅方面へ約8分



医療法人徳洲会

成田富里徳洲会病院

〒286-0201 千葉県富里市日吉台 1-1-1 ☎0476-93-1001(代)
E-mail soumu@naritatomisato.jp https://www.naritatomisato.jp/

