

整形外科 関節鏡・スポーツセンター開設のお知らせ



整形外科部長
冲永 修二

内視鏡を用いた手術は従来の手術に比べて体の負担が少ないことから、いろいろな分野で行われる様になっています。手足の関節の内視鏡をとくに関節鏡と呼びますが、東京通信病院整形外科は世界で初めて関節鏡を実用化した施設として、これまでに多くの関節鏡手術を行って来ました(図1)。関節鏡手術は、かつては膝を中心にスポーツによるケガに用いられていましたが、器具や技術の進歩が目覚ましく、最近では全身の関節(図2)で、スポーツ以外の種々な疾患(次頁表)に対しても行われる様になりました。そこで当科でも、関節鏡手術に関連する各部署が連携し、診断から治療、リハビリテーションをきめ細かく行うとともに、患者様がスムーズに治療を受けられることを目指して、整形外科の中に関節鏡・スポーツセンターを開設することになりました。該当する疾患でお困りの方があれば是非一度ご相談下さい。

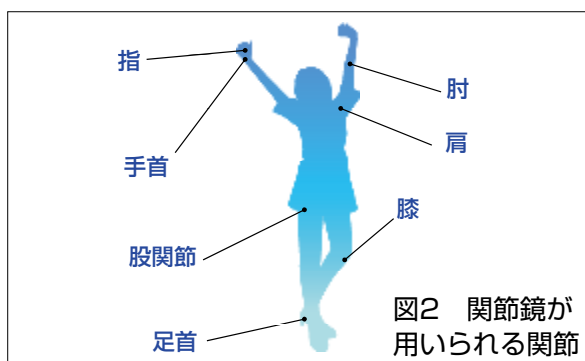


図2 関節鏡が
用いられる関節

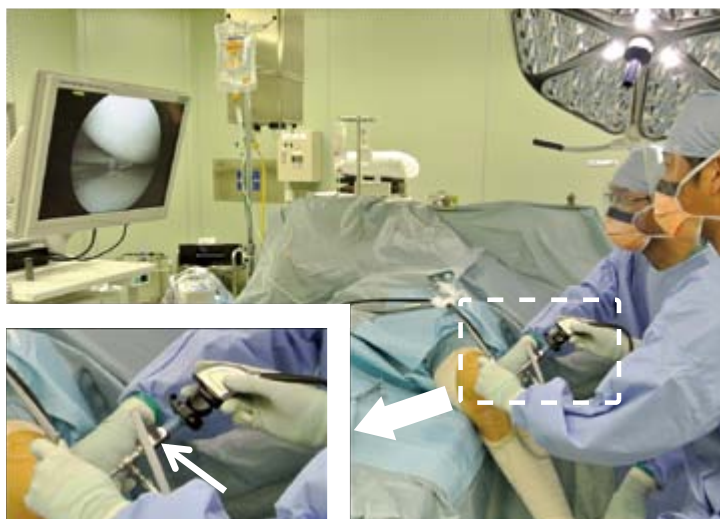


図1 膝の半月板損傷の関節鏡手術

図の矢印が関節鏡で、数カ所の小さなキズから関節鏡と手術器具を関節の中に入れて手術を行います。モニターに膝の関節の内部が見えています。

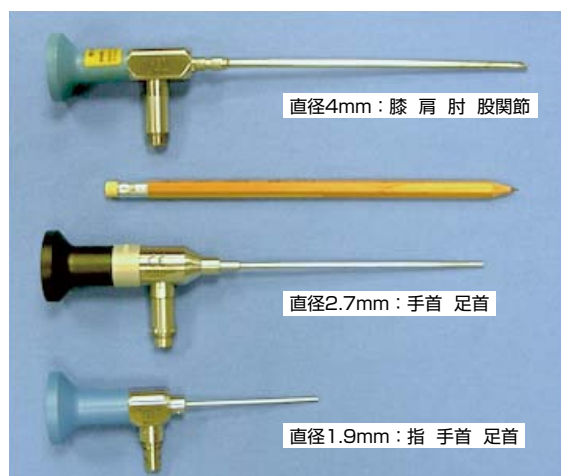


図3 いろいろな関節鏡

関節鏡は胃カメラなどと違って、硬い金属製で曲がらない様に丈夫に出来ています。手術する関節の大きさによって太さが異なり、膝、肩、肘、股関節などの大きな関節では直径4ミリ(上段)を、手首、足首では2.7ミリ(中段)、最も細い1.9ミリ(下段)は、指や手首、足首に用います。ハサミなど手術に使ういろいろな器具も関節鏡の大きさに合わせたものを用います。

関節鏡手術が行われる主な疾患名

*各疾患の詳細についてはホームページ
(<http://www.hospital.japanpost.jp/tokyo/shinryo/seikei/index.html>) をご参照下さい。

肩	・ 腱の異常；腱板損傷、腱板炎、石灰性腱炎 ・ はずれる；反復性脱臼・亜脱臼 ・ ひっかかる；関節唇損傷（SLAP損傷） ・ その他　　ガングリオン	膝	・ 靱帯損傷；前十字靱帯、後十字靱帯、 内側側副靱帯 ・ 半月板の異常；半月板損傷、円板状半月 ・ お皿の骨（膝蓋骨）の異常；膝蓋骨脱臼・ 亜脱臼 ・ 脛骨高原骨折 ・ 変形性膝関節症 ・ その他　　離断性骨軟骨炎 関節ねずみ、滑膜性骨軟骨腫症	
肘	・ 曲がらない、伸びない；変形性肘関節症、 肘関節拘縮 ・ ひっかかる；関節ねずみ ・ スポーツ関連；離断性骨軟骨炎 上腕骨外側上顆炎（テニス肘） 野球肘		足　首	・ スポーツ関連； インピンジメント症候群、衝突性外骨腫症 三角骨障害、長母趾屈筋腱鞘炎 距骨離断性骨軟骨炎、足関節靱帯損傷、 関節ねずみ ・ 変形性足関節症
手　首	・ 三角線維軟骨複合体損傷（TFCC損傷） ・ 骨折；手舟状骨骨折、橈骨遠位端骨折 ・ その他　　ガングリオン	関節リウマチ		上記のいずれの関節でも滑膜切除を行います。
指	・ 母指CM関節症			
股関節	・ インピンジメント症候群 ・ 関節唇損傷			

Q&A 関節鏡手術についてよくある質問と答え

Q 切開手術と比べて関節鏡手術の利点と欠点を教えて下さい。

A 《利点》

- ・ 皮膚のキズが小さい。
- ・ 肉眼では見えにくい狭い部分の処置が出来る。
- ・ 肉眼よりも拡大して見えるので細かい処置が出来る。
- ・ 灌流液で洗いながら手術を行うので感染を起こしにくい。
- ・ 手術後の痛みが軽いののでリハビリを進めやすい。

《欠点》

- ・ 特殊な道具と技術が必要となる。
- ・ 部位によって神経や血管を傷つける危険性が生じる。
- ・ 疾患によって手術時間が長くなる場合がある。
- ・ 疾患によって効果が劣る場合がある。

Q 表に出ているすべての疾患が関節鏡で治療できるのでしょうか？

A いいえ。同じ病名でも関節の状態によって手術の効果が異なります。手術前に専門的な検査を受けて頂き、検査の結果によっては、手術よりも薬やリハビリなど手術以外の治療をお勧めする場合があります。また手術の場合でも、関節鏡手術よりも切開手術の方が効果や安全性で優ると考えられる場合は、そちらをお勧めします。

Q 受診方法はどうすればよいのでしょうか？

A 電話予約をして頂きます。関節の部位によって曜日と担当医が変わりますので、他の医療機関などで診断がついている場合はその病名を、診断がついていない場合は関節の部位をお話し下さい。紹介状や検査の資料がある方は受診時にご持参下さい。

電話番号 03-5214-7381
電話予約受付時間 9:00~17:00
(土・日・祝日及び年末年始を除く)

Q 関節鏡手術では入院が必要でしょうか？

A はい。関節の内部を見るだけでなく何か治療を行うとなると、局所麻酔では痛みを抑えきれないため、切開手術に比べて短期間ですが入院が必要になります。

Q 関節鏡手術では手術後にリハビリが必要でしょうか？

A はい。皮膚のキズは小さいですが、内部では切開手術と同じ処置を行っていますので、それに応じた正しいリハビリが非常に大切です。やり方については外来通院時にリハビリ室で指導します。



うつ病の話



第2回

精神科部長
亀山 知道



前回は、うつ病には、落ち込む原因のはっきりしている「反応性うつ病」と、はっきりとした原因なしに起きる「内因性うつ病」があること、「内因性うつ病」の方の場合には、十分な休養と抗うつ剤を中心とした薬物療法の治療の主体となることを述べました。

確かに、内因性うつ病の場合、周りの環境の変化などが多大なストレスとなって「うつ状態」になるのではないのですが、発症要因が全くないという訳ではありません。経験的には、本人のもともとの性格がうつ病の発症にかかわっていると思われるケースが少なくないのです。つまり、うつ病になりやすい性格があるのです。

その性格とは、真面目で、几帳面で、物事をきちんとやらなければ気が済まない、といったものです。私は、この真面目さは高く評価される良い性格だと思っています。しかし、状況によっては、融通が利かず、臨機応変の対応ができず、人に任せられず、自分がかかえこんでしまう、という結果になってしまうこともあるのです。

実際に、内因性うつ病の方は、「自分は与えられた仕事をコツコツこなすことはできるが、人にものを頼んだり、指導したりするのは得意ではない。」と言います。そして、「上司などに仕事を頼まれると、断わることができず、無理と思っても、仕方なく引き受けてしまい、結局、仕事がたまってしまい、処理しきれなくなる。」と話す方が少なくありません。

さらに、内因性うつ病の方は、何かまずいことが起こった時に、他人のせいにするのがなく、「自分のせいにする」という特徴があります。他罰的にならず、自責的になるのです。自分を責め、周りの人に申し訳ないと思い、余計落ち込んでしまいがちです。

最近、長期休職中のうつ病の患者さんが、復職前に、リワーク（復職支援のデイケア）に通うことが増えてきました。私は、これは非常に良いことだと思っています。

リワークは復職を間近にひかえた患者さんの復職支援として、1週間に4～5回、1日6～7時間のプログラムを提供しているところが多いようです。長期に休んでいた患者さんの体力の回復、生活リズムの回復だけでなく、休職に至った原因のひとつと考えられる自分の性格を学び、対処の仕方を学ぶ、といったプログラムが組まれており、特に、「内因性うつ病」の患者さんの復職と再発防止に有用であると思っています。

10年以上前、入院中の内因性うつ病の患者さんが、だいぶ元気になり、自宅への外泊もはじめていました。友人の面会を受け、その友人に1泊旅行に誘われました。本人は「入院中に旅行に行くとは不謹慎ではないか。しかし、断わると、自分のことを思い、旅行に誘ってくれた方に申し訳ない。」と悩み、私に相談してきました。私は、「友達との1泊旅行は、気分転換にもなるから行って来なさい。」と勧めたのですが、本人がためらっていたので、私は、「外泊を長くして、その間に行くこと。旅行のことは誰にも話さず、あなたと私の2人の秘密にしておこう。」と、話して診察を終えました。

しかし、この秘密は、病棟の看護師さんに、すぐにばれてしまいました。なぜなら、私は、迂闊にも、この私の発言を、そのままカルテに書いてしまっていたのです。

医療安全研修の紹介

医療安全管理者 大沢 幸嗣

『医療安全研修』をご存じですか？患者さんには馴染みのない言葉だと思います。この医療安全研修は患者さんの安全を確保するために国が医療法で各病院に年2回開催するように定めた研修です。この研修は全職員が参加して行われます。研修は医療に関係した安全管理、感染対策、薬や医療機器の正しい使い方などを中心に構成されており、専門の職種が講師を担当しています。診療の際、患者さんは医師や看護師を見かけることが多いと思いますが、病院では栄養士、技師、ソーシャルワーカー、薬剤師、事務など多くの職種が患者さんのために働いています。医療安全研修に全職員が参加することは、患者さんの安全に関する情報を共有することに繋がります。

最近、東京通信病院では患者さんの確認を頻繁に行っています。毎回の確認で多少面倒だと感じることもあるかと思いますが、患者さんの安全確保には重要なことです。研修ではこのような確認が重要であることを話すだけでなく、患者さんからのアンケート結果も発表して、全職員で積極的に安全対策に取り組んでいます。院内でのアンケート調査



は年数回行っています。ご面倒をおかけしますが、より良い医療の提供のためにご協力をお願いいたします。

今回は、医療安全研修について紹介させていただきました。患者さんには診療で実感することは少ないと思いますが、病院ではこのような研修を通して患者さんの安全確保に常に努めています。



ていしん 通信 寄り道 マップ

ご利用案内

診療科

内科、内分泌・代謝内科、血液内科、神経内科、感染症内科、消化器内科、循環器内科、腎臓内科、呼吸器内科、精神科、外科、消化器外科、呼吸器外科、脳神経外科、整形外科（関節鏡・スポーツセンター）、婦人科、小児科、眼科、皮膚科、形成外科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、放射線科、リハビリテーション科、麻酔科（ペインクリニック）、緩和ケア内科、歯科口腔外科、救急科、病理診断科

外来診療日

●月曜日～金曜日（祝日及び年末年始を除く）

予約の方法・予約受付の時間帯等

- 電話での予約…9:00～17:00（土・日・祝日及び年末年始を除く）
- 電話番号……03-5214-7381

時間外（急患）診療

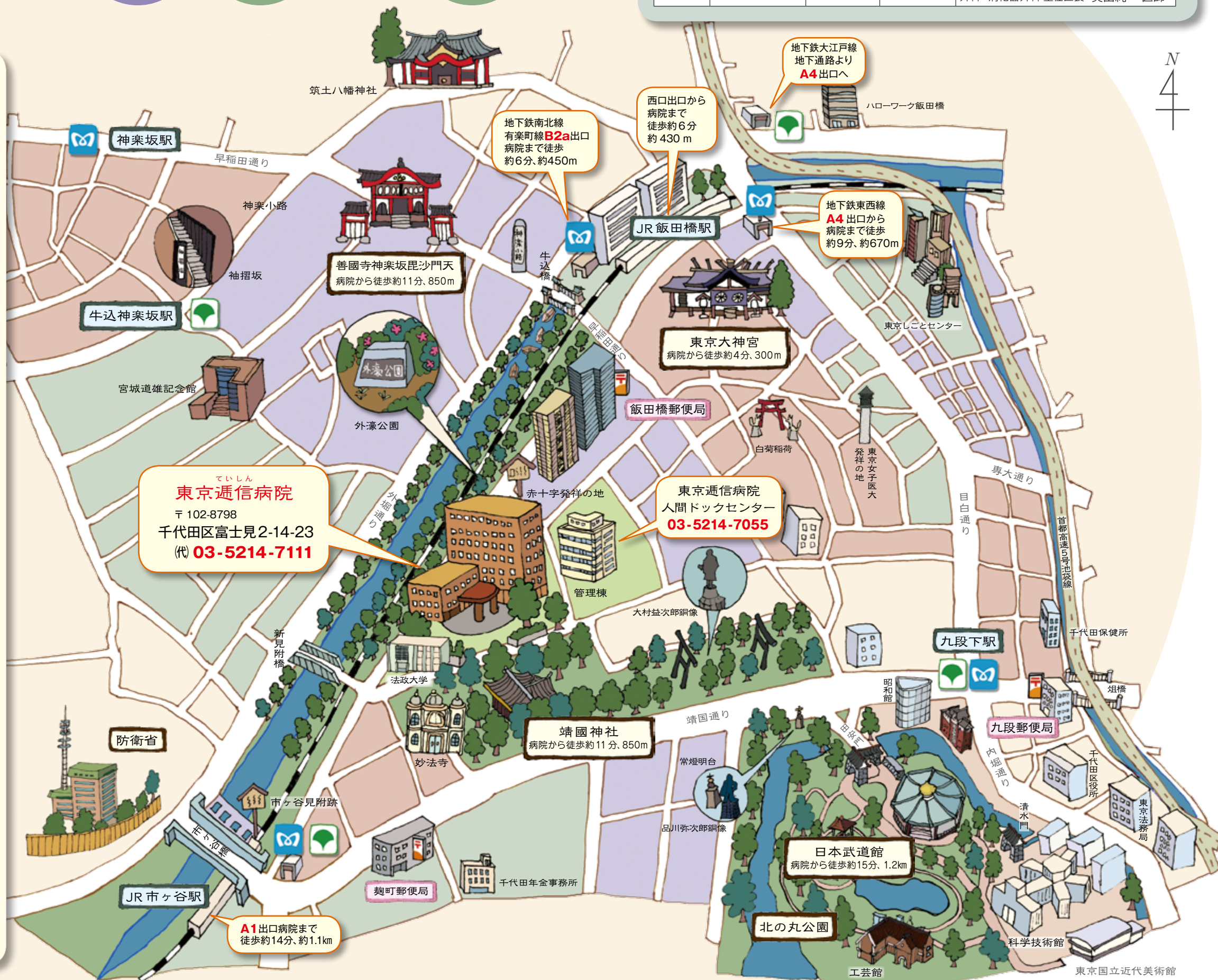
- 連絡先……03-5214-7768（救急診療室）

診療受付時間

窓口	午前の診療	8:30～11:00
	午後の診療	12:30～16:00
自動受付機 （予約のある方のみ）		8:00～16:00

人間ドックセンター

- 連絡先……03-5214-7055



東京通信病院公開講座

講座名	日時	場所	対象者	テーマ・講演者
第4回 公開講座	7月26日(土) 14時 (1時間半程度)	管理棟5階 小講堂	地域住民の 皆様・希望者 (無料)	「肝臓がん」 消化器内科 主任医長 光井 洋 医師 放射線科 IVR センター長 鈴木丈夫 医師 外科・消化器外科 主任医長 奥田純一 医師

新 任 医 師 紹 介

2014年5月1日付採用



泌尿器科 部長 すずき もとふみ
鈴木 基文

泌尿器科では腎臓、尿管、膀胱、前立腺などの尿路系疾患の治療のほか、腹腔鏡手術、腎不全外科治療も積極的に行っております。恥ずかしがらず、気軽にご相談ください。

2014年4月1日付採用者21名、
2014年5月1日付採用者1名、
計22名の新任医師の
ご紹介をさせていただきます。

2014年4月1日付採用



循環器内科 医長
こまつ ひろたか
小松 宏貴

心臓および血管疾患に対して専門的に検査、治療をさせていただきます。お気軽にご相談ください。



外科・消化器外科 医長
むらた ゆうじろう
村田 祐二郎

腹腔鏡手術、救急医療、化学療法、緩和ケアなど、幅広く質の高い外科治療に、真摯に、熱く取り組んで参ります。



小児科 医長
なかむら ゆきこ
中村 由紀子

病気を治すだけでなく、子どもたちの育ちを支えるために力を尽くしてまいります。



整形外科 医師
なかざと けいこう
中里 啓佑

患者さんにとって最も適切な検査と診断を行い皆様のお役に立ちたいと思います。



小児科 医師
はまだ ひさみつ
濱田 久光

これまで培ってきた技術を生かし、地域の皆様の健康維持のお役に立ちたいと思います。よろしくお願いいたします。



泌尿器科 医師
みやかわ じんぺい
宮川 仁平

悪性腫瘍から排尿に関することまで、わかりやすく説明し、納得のできる医療を提供します。気軽にご相談下さい。



救急総合診療科 医師（循環器内科兼務）
やまなか てつお
山中 哲雄

患者さんが検査・治療を受けるにあたり、不安がないように丁寧な説明を心がけて診療を行っていく所存です。何卒よろしくお願いいたします。



神経内科 医師
いけなが ちせこ
池永 知誓子

ご本人やご家族が安心して治療を受けることが出来る様、治療や病状説明、全てに最善を尽くしたいと思います。



腎臓内科 医師
なかむら やすな
中村 恭菜

皆さまに寄り添い、満足して頂けるよう精一杯診療に当たって行きたいと考えております。よろしくお願いいたします。



整形外科 医師
いしばし ゆうき
石橋 祐貴

患者さん第一の医療を提供できるように日々頑張っていきたいと思います。宜しく御願います。





皮膚科 医師
まつざき ひろゆき
松崎 大幸

昨日より少しでもよい状態に、自分の家族にしてあげたい治療、を目標に診療にあたっています。よろしくお願いいたします。



放射線科 医師
こかん もとのり
古閑 元典

画像診断を通して、患者さんのお役に立てるよう日々努力し、研鑽して参ります。よろしくお願いいたします。



内科 医師
きたむら わきこ
北村 和貴子

患者さん一人一人としっかり向き合い日々の診療に努めて参ります。



内科 医師
せぎね てつお
関根 哲生

病気のみを診るのではなく、患者さんという人を診ることをモットーに診療いたします。



内科 医師
ひがしはら たかあき
東原 崇明

一人でも多くの患者さんが心身共に健康になれるよう精一杯頑張りたいと思います。何卒よろしくお願いいたします。



内科 医師
やまぐち てつお
山口 哲男

4月からお世話になっております。患者さんに寄り添った医療を心がけてがんばります。



耳鼻咽喉科 医師
まつだ えみ
松田 絵美

頭頸部の解剖や疾患は複雑ですが、ご自身の状態を解りやすく説明することをモットーにしております。疑問に思うことは何でもお尋ねください。



内科 医師
きたはら さとし
北原 慧

皆様に安心して受診していただけるように努力していきます。よろしくお願いいたします。



内科 医師
こじま まい
小島 舞

一人一人のお心に添った診療を心がけて参ります。どうぞよろしくお願いいたします。



内科 医師
にいつ よしひろ
新津 吉博

一人一人の患者さんと向き合う医療を目指して頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。



内科 医師
ふるたに けんこ
古谷 建悟

丁寧な診療と分かりやすい説明を心がけています。よろしくお願いいたします。

当院を退職しました

2014(平成26)年3月10日付退職

川原 絢子 (皮膚科医師)

2014(平成26)年3月31日付退職

石川 晃 (泌尿器科部長)

桐原勇次郎 (外科・消化器外科主任医長)

羽生壮史郎 (循環器内科医長)

中山 修一 (整形外科医師)

小林 史子 (小児科医師)

清水 裕也 (耳鼻咽喉科医師)

田口 慧 (泌尿器科医師)

辻原 寛子 (麻酔科医師)

森下恵美子 (放射線科医師)

関根 昌子 (人間ドックセンター医師)

澤田 瑞穂 (内分泌代謝内科医師)

秋久 桃子 (内分泌代謝内科医師)

川辺 美穂 (神経内科医師)

服部 雄介 (循環器内科医師)

竹村 浩至 (腎臓内科医師)

飯塚 正明 (整形外科医師)

高橋 暁子 (皮膚科医師)



看護の日



毎年5月12日は「看護の日」です。これはフローレンス・ナイチンゲールの誕生日に由来し、「ナイチンゲールの日」とも呼ばれています。

そして12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」です。メインテーマは「看護の心をみんなの心に」気軽に看護にふれていただける楽しい行事が開催されています。

当院においても、毎年「看護週間」中に看護をより身近に感じていただくために、様々な行事を開催しています。

今年は、「忘れられないエピソード」と題し、看護師のこころに残るエピソードを掲示しました。同時に血圧測定やAED使用のデモンストレーションを行いました。お忙しい中、興味を持って多くの方に参加していただきました。来年もまた様々な行事を計画しています。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



ナースステーション

8階東病棟看護師長 福永 智美



8階東病棟には、呼吸器内科疾患と神経内科疾患の患者さんが入院されます。41のベッドがあり、30名の看護師と1名の看護助手が交代しながら24時間働いています。

今回は、この病棟で働く看護師の一日を紹介します。

日勤のAさんの朝は、8時の申し送りから始まります。申し送りでは、夜勤の看護師から夜間の患者さんの状態を報告してもらい、日勤の看護師同士で看護内容の確認やスケジュールの調整をします。申し送りのあとは、その日担当する患者さんに挨拶をしながら体調を確認し、食事のあとの薬を配ります。患者さんひとりひとり、飲む薬が違います。そのため、電子カルテで医師の指示を注意深く確認します。

9時を過ぎる頃から、検査やリハビリに行く患者さんの付き添いや、安全にシャワーや入浴ができるようにお手伝いをしたり、温かいタオルで全身を拭いたりします。同じ時間に複数の仕事が重なった時には、リーダーの役割をしているベテラン看護師や同僚看護師に手伝ってもらいます。その後は病室を回り、患者さんの状態を把握するための体温や血圧、脈拍などの計測や、点滴等の治療が医師の指示どおりに行われているかの確認、患者さんが過ごしやすいようにベッドの周りを整えたりします。

午後、午前中と同じように、患者さんの看護を行います。それと同時に、患者さんの状態に関する情報を収集し、自分が行なった看護の内容や患者さんから得た情報を電子カルテに入力します。14時30分からは、日勤看護師全員でカンファレンスを行ない、患者さんに提供する看護の内容の確認や改善すべき点を話し合います。つまり、「心がかよい信頼される看護」を提供できているのかどうかを検討し、その情報を看護師全員で共有するのです。看護師の一日の中で、とても重要な時間です。

16時から、夜勤看護師への申し送りが始まります。患者さんの日中の状態を報告し、看護を引き継ぎます。その後は、面会に来られた家族へ日中の患者さんの状態説明や、退院後の生活の相談を受けたり、医師やコメディカルスタッフと患者さんの治療や看護について話し合ったりします。それらの全ての情報を電子カルテに入力して、Aさんの一日は終わりです。

いかがでしたか。このように看護師の仕事は、多岐にわたっています。ともすれば、忙しさに追われ、目の前で起こっていることへの対応で精一杯になりがちです。そんな時にも、病とともに生きる患者さんを支え、寄り添いながら、「心がかよい信頼される看護」を提供することを忘れない8階東病棟であり続けたいと思います。



「けんこう家族」は当院の診療情報、公開講座の開設、職員の日々の活動などをご紹介させていただくため年4回発行しております。今回は「通信寄り道マップ」という形で当院近くの名所旧跡のご紹介もさせていただきました。

マップをご参考に飯田橋付近を散策していただければ幸いです。これからも編集者一同で皆さまのお役に立ち、発行を楽しみにしていただける紙面づくりをしていきたいと思いますので、東京通信病院とともに本誌もよろしくお願いいたします。

事務長 馬庭 忠司