

TOKACHINO
と かつ

野

OBIHIRO KOSEI HOSPITAL

帯広厚生病院広報誌

2017.7
Vol.56

ご自由にお持ち帰り下さい。



特集

手外科

CONTENTS

特集 手外科 ……………	02
新病院新着情報vol.10 ……………	05
地域医療連携室からのお知らせ ……	07
地域住民公開講座のご案内 ……………	08
うんどうあどばいす 「扁平足」について ……………	09
からだがよろこぶレシピ 「水切りヨーグルト作ってみませんか？」	10
出前講座撰2017 ……………	11
バックナンバーのご案内 ……………	11



EVENT案内

平成29年

7/23

地域住民公開講座～とがち胆道、膵臓疾患フォーラム

日 時／7/23(日)13:00～15:00
場 所／ホテルグランテラス帯広「7°Ⅱ」

平成29年

9/27

平成29年度 第1回 健康ひろば

南棟4階講堂にて
「知っておきたい脳の病気」をテーマに講演会
日 時／9/27(水)
場 所／1階南玄関前ロビーにて
展示相談コーナーを予定しています

手外科

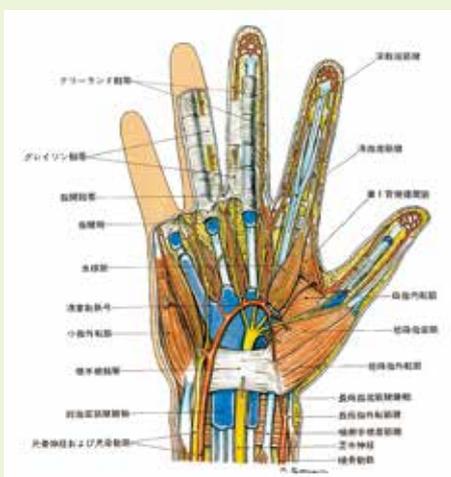
手外科って何をやっている科ですか？

手外科とは、けがや病気などで失われた手指の機能を、様々な手段を用いて再建することを旨とする学問です。

ひどいけがによる変形、リウマチなどの炎症性疾患による高度の破壊、神経損傷や腱損傷による高度の機能障害、手指の切断。ひと昔前なら、「そのけがじゃ、動かなくても仕方ないね」と手指の機能は諦められていた時代もありました。

今は、切断された指をつなぐこと（切断指再接着）ができ、無くなった手指を足趾の一部で作りに出す治療（足趾移植術）等も確立しています。また、動かない指を動かすのに他の腱を分けてもらう方法（腱移行術）もあります。手指の外観・動き・感覚などを完全に元の手指に戻すことはできませんが、残った組織や機能を利用して失われた機能を再建する手外科の治療方法は、信じられないほどたくさんあります。

手指機能は日常生活で必須であり、外傷や炎



金芳堂：手 その機能と解剖 改訂3版

症性疾患だけでなく使いすぎや加齢性の変化によっても様々な疾患が発症します。手指の解剖は非常に精巧かつ複雑であり、知覚・運動・整容の全てに注意を払って治療を行う必要があります。手指疾患に対して適切な治療がなされない場合、不可逆的かつ重度の機能障害が遺残します。また、手指切断や軟部欠損を伴う重度四肢外傷では、一般的な整形外科の知識や技術に加え、手指に関する詳細な解剖学的知識だけでなく、各種疾患の病態や各種治療法を把握するとともに、顕微鏡を用いた神経・血管吻合技術（マイクロサージャリー）などが必要とされます。

整形外科内に 手外科センターを開設

この疾患には
どの治療法が
一番良い
治療ですか？



同じ変形や機能障害でも、患者さんによって社会的な背景は様々であり、治療法の正解は一つとは限りません。

どこまで治すのか？どのくらい治療に専念できるのか？仕事復帰はいつからか？見た目が大事か？動きが大事か？手術しない方法はないのか？

治療法を決定する前に、患者さんへ疾患に応じた各種治療方法を提示し、長所と短所を説明いたします。命に関わらない疾患がほとんどですので、個々の患者さんのニーズに合わせ、相談しながら治療方法を決めていきます。もちろん、「装具を使いながら、少し痛いのを我慢して生きていく」のも大事な選択肢の一つです。





【当院の診療実績】

手外科関連手術数	約600件/年
切断指	19件 (22指) /2016年
遊離組織移植術	19件/2016年

手外科治療における リハビリテーション の重要性

手外科医が手指の複雑な構造を手術で修復してきたとしても、それが使える手指になるとは限りません。手指の骨や腱・靭帯など薄く小さな組織を強固に修復することは困難で、手術後早期に手指を動かすと修復した腱組織などが破綻してしまいます。その一方で動かさない手指はすぐに硬くなり、腱は周囲の組織と癒着して動かなくなってしまう。手外科治療では、手術と同じくらい手術後のリハビリテーションが重要であり、作業療法士の先生と「手外科チーム」を組んで治療を行っております。腱の再断裂と拘縮・癒着に配慮し、患者さん個々のけが・損傷の程度、関節の柔らかさ、痛み の程度など、様々な要因を考慮してリハビリテーションを行っていく必要があります。リハビリテーションの中でも手外科疾患は最も難しい分野の一つであり、手指のリハビリテーションを行うには特殊な知識と教育が必要とされます。当院では高い治療レベルを目指して、日々作業療法士の先生と知識・技術の研鑽を行っております。



手術後のオリジナル装具の一例

手外科センター 開設の目的と 取り組み

手外科領域における治療水準の向上ならびに研究と教育の充実を目指して、2017年4月、整形外科内に「手外科センター」を開設いたしました（常勤手外科医・2名（本宮真、渡辺直也）。日本手外科学会では手外科分野において専門的な知識と技術を有して治療を行える医師を「手外科専門医」と認定（全国で804名）しており、手外科専門医を有し手外科専門医を育てるための教育機関として当院は「手外科基幹研修病院」に認定（全国で428施設）されており、重度手外科外傷治療において、切断指再接着や遊離組織移植などのマイクロサージャリー技術を用いた長時間の繊細な手術が必要になります。帯広十勝の手外科治療水準を維持・向上させるためには、我々手外科医が技術の向上を図るだけではなく、未来を担う若手手外科医・作業療法士の育成が重要であると考え、力を注いでおります。

帯広十勝地方は全国でも指折りの農業の盛んな地域です。農作業に伴う重度外傷は貴重な労働力を失ってしまうため、労災の発生予防を充実させる必要があると考えております。帯広十勝に勤務する手外科医の使命として、疾患の治

療だけではなくより効率的な農作業の安全啓蒙や職業復帰支援に関しても取り組んでいきたいと考えております。

〔十勝地域における農業労働災害対策（医療現場からの観点での検討と対策）〕 H29年度

J A 共済連委託研究に採択されています。

手外科治療は未だ病態の解明されていない疾患や治療方法が確立していない疾患がたくさんあります。日常の臨床業務を行うだけでなく、日常臨床から得られた知見を国内外に発信していくとともに、最新の知見を積極的に吸収して、帯広十勝地域の医療に還元していきたいと考えております。

手指の痛みや変形があっても、ひどいけがだから、高齢だから、リウマチだから仕方ない、と諦めてしまっている方、一度整形外科外来にいらしてください。手外科の知識と技術を駆使して治療に当たります。手外科疾患でお悩みのことがございましたら、お気軽に声をおかけください。



当手外科センターでは、上肢に関連したすべての疾患を対象としております。手指一般外傷（骨折・脱臼・腱損傷）、切断指、四肢神経損傷、リウマチ手指変形、難治性偽関節、四肢軟部欠損、関節拘縮、など。

変遷 着工から1年間の移り変わり



※平成29年1～2月は厳寒期のため、鉄骨工事を休止していました。

建築メモ

新病院の場所

「新しい病院はどこにできるんですか」
 「遠くから見えるけど、具体的な場所はどこ」
 「競馬場の近くとは聞いているが」
 こんな質問を時々いただきます。
 新病院は、現病院から1.1km離れた帯広競馬場の南側に移転します。
 正確な住所は、まだ決定しておりません。



病室モデルルーム

6月に入り、建物内部の工事も着々と進んでいます。
 病室をつくるため、設計した内容でモデルルームをつくり実際にベッドや床頭台などを設置し検証を行いました。
 検証内容としては、コンセントや医療ガスの位置、床や壁の色、照明の色、洗面台の使いやすさ(石鹸やペーパータオルの位置)、トイレの手すりなどあり、約40名の看護師が工事現場に来て評価しました。
 入院患者様の快適性や安全性、看護師の動きやすさについて沢山の意見が出ましたので、それを反映しより良い病室をつくって行く予定です。



病室の説明風景

最新の工事状況につきましては、病院ホームページ「新病院整備について」にて随時更新しております。
 病院南玄関ホールに新病院の模型と紹介パネルを設置しました。来院の際は是非ご覧ください。」



進捗状況 上棟式を執り行いました

4月25日(火) 10:30より、新病院工事現場にて上棟式を執り行いました。一般の住宅でも行われ、棟上げ(むねあげ)や建前(たてまえ)とも言われますが、建物の構造部分(柱・梁)が完成した際に行われる祭祀です。

今回は、まだ外来棟部分が残っておりますが、建物の一番高い所にあたる鉄骨を吊り上げるのにあわせ行いました。



吊り上げられる鉄骨梁は白く色が塗られ、横断幕が付いていました。通常は錆びで覆われています。(錆びは皮膜となり鉄骨を守る役割があります)



式が進み、儀式として施工者(大成建設JV)がボルトをはめ、設計者(久米設計)がボルトを締め、そして発注者がハンマーでたたきます(菊池院長が「エイエイエイ」の掛け声とともに行いました)。



鉄骨梁がクレーンで吊り上げられます。いつもよりゆっくりとあげているようですが、鉄骨梁はあっという間に最上階(約55m)まであがっていききました。

最上階まで行ったあと、鳶職の方が取り付けを行い神主の方の掛け合い(カンカンと鉄骨を叩くなど)が行われました。再び、祭壇前に戻り、式の続きを行い無事終了しました。



地域医療連携室からのお知らせ

1) 住み慣れた十勝で安心して暮らし続けるために

2025年には団塊の世代が全て75歳以上になり高齢化が進み「慢性の疾患」「複数の疾病をかかえる」「病気や衰えと共存しながら暮らす」方が増えてきます。多くの方は最期まで住み慣れた場所で暮らしたいと希望していても、現実には8割以上の方が病院で最期を迎えています。病気をかかえたことで不安や心配になるかもしれませんが、重症と思われる方や一人暮らしの方でも住み慣れた場所で暮らすことが可能となります。自分で自分の事が決められなくなる前の、元気なうちに「どう生きるのか」「どう暮らしたいのか」を記録に残すことや、家族と話し合っておくことも大事です。

2) 在宅療養支援（退院支援）

～おうちへ帰ろう～

当院は地方センター病院であり特殊疾患や高度・専門医療を行うことが主となり、次の段階として回復期やリハビリ継続のための病院への紹介となりますが、常に「おうちへ帰ろう」を見据えて退院支援させて頂いております。

みなさま一人ひとりが「これでよかった」「安心して暮らせる」と思えるような提案や引き継ぎができるよう、病院・診療所、歯科診療所、薬局、介護施設、訪問看護ステーション等や行政と連携しています。私たちはいつも“十勝はひとつ”の思いで活動しています。



退院支援を専門に行う看護師・社会福祉士がおりますので、
どうぞお気軽にご相談下さい。



地域住民公開講座

入場無料! 予約不要!

とがち胆道・膵臓疾患フォーラム

日時

平成29年 **7月23日** 日
13:00~15:00 (入場受付・開場12:30~)

会場

ホテルグランテラス帯広
「プルミエ」(旧帯広東急イン)
帯広市西1条南11丁目2番地



特別講演

「疾患治療の最前線について」

北海道大学大学院医学研究院 消化器外科学教室Ⅱ 教授 **平野 聡**

司会：JA 北海道厚生連 帯広厚生病院
外科 副院長 **大野 耕一**



講演①

「診断および内科治療について」

JA 北海道厚生連 帯広厚生病院
消化器内科 医長 **川畑 修平**

講演②

「外科治療について」

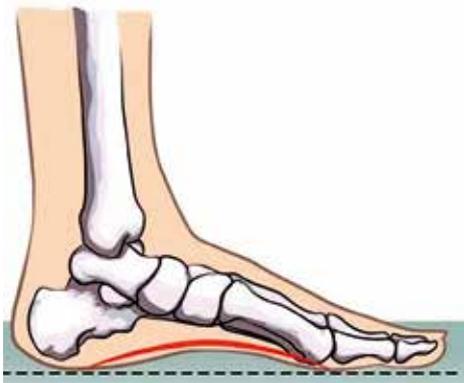
JA 北海道厚生連 帯広厚生病院
手術室 第2主任部長 **松本 譲**



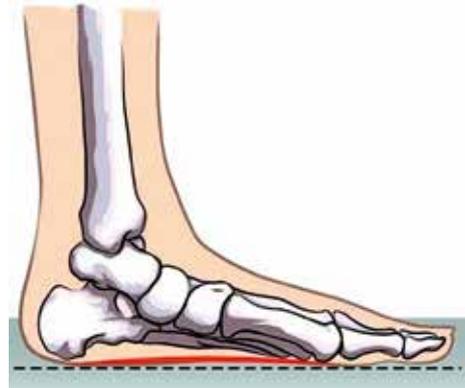
【主催】JA北海道厚生連 帯広厚生病院

【問い合わせ先】がん相談支援科 **TEL 0155-24-4161(代)**

足裏には土踏まずがあります。これは内側縦アーチと呼ばれる骨でできたアーチ構造によるもので、歩いている時に体に加わる衝撃を吸収するはたらきがあります。立っている時に、この内側縦アーチがつぶれてしまい、足裏がべったりと地面につく状態を「扁平足」と呼びます。



正常な内側縦アーチ



扁平足の内側縦アーチ

(図：http://stretchpole-blog.com/flatfoot-treatment-12558 より引用)

扁平足になると、内側縦アーチによって軽減されていた衝撃が膝や腰に伝わることで「変形性膝関節症」や「腰痛」の原因となることがあります。また、親指が小指側を向きやすくなり「外反母趾」の原因となることもあります。そこで今回はこの扁平足に対する運動をご紹介します。

タオルギャザー

床に敷いたタオルを足指だけを使ってたぐり寄せる運動です



POINT

土踏まずを持ち上げるように意識します



POINT

かかと
踵はここから
動かさないようにします

* 痛みがある方は医療機関での診察や治療を受けることをお勧めします



水切りヨーグルト作ってみませんか？

数年前から少しずつ話題になっている水切りヨーグルト。市販のヨーグルトを使って、お豆腐のように水切りするとヨーグルトが濃縮し、まるやかでコクのある味わいになります。インターネットなどで検索すると、様々にアレンジさ

れたレシピが出てきますが難しい加工・調理は必要ありません。そのまま食べたり、サラダに加えたり、クリームチーズの代わりにクラッカーにのせるなど、簡単においしく食べることができます。皆さんも一度作ってみませんか？

水切りヨーグルトの作り方

- 1 キッチンペーパー2枚を敷いたザルに、市販のプレーンヨーグルト1個（400～450g）をあける
- 2 ザルの下に水を受ける器を置き、冷蔵庫に一晚置く（4～5時間でもある程度水切りできます）
※少量のヨーグルトならコーヒーフィルターを使う方法もあります

ヨーグルトから出た水分はホエイ（乳清）と呼ばれ、牛乳から乳タンパクの主成分であるカゼインを除いたもので、水溶性のタンパク質や乳糖、水溶性ビタミンやミネラルが多く含まれています。飲み物に混ぜて飲んだり、肉を柔らかくする効果があるので、肉を漬け込んだり、煮込み料理に加えるなど、捨てずに活用しましょう。

水切りヨーグルトは、ホエイの水分が減って、タンパク質や脂質が **約2倍** に濃縮された状態になります。

（参考：明治乳業調べ）
注意 ※水切り時間により違いはあります



一晚置く



ホエイ
(乳清)の色

レシピ

～ ちょっとしたおやつに～

クラッカーの水切りヨーグルトのせ 1枚分の栄養価：約35kcal

〈材料〉

- ・クラッカー1枚（3.2g）
- ・水切りヨーグルト大さじ1杯
- ・ブルーベリージャム
（お好みのジャムでOK） 小さじ1杯



医療講演の出前講座いたします

当院は十勝圏域における地方センター病院として「管内における顔の見える地域連携と医療の質向上への貢献」を目標に取り組みを強化しております。この度その具体的な取り組みとして、当院が行える医学講演等を「帯広厚生病院出前講座撰 Kosei speaker's selection 2017」にまとめました。つきましては、関係機関の皆様におかれましては、ぜひご一読頂き、お役に立てる機会がございましたら講演等のご用命を頂ければ幸いに存じます。申込内容等は当院ホームページよりご確認ください。

帯広厚生病院 出前講座撰

検索



広報誌「とがち野」バックナンバーのご案内



バックナンバーの配布は行っておりませんが、当院ホームページに広報誌のアイコンがあります。こちらに Vol.27 (平成 21 年) から最新号までを PDF にて掲載しております。また、1 階の患者図書室ライブラリーしらかば内に閲覧用としてファイル保管しております。ご自由にご覧ください。



JA 北海道厚生連の理念

JA 北海道厚生連は、組合員および地域住民の皆様の生命と健康を守り、生きがいのある地域づくりに貢献してまいります

病院理念

最も信頼され選ばれる病院づくりを目指します
地域の求める 医療連携を考えた病院づくり
わかりやすい 質の高い 患者さまの立場に配慮した医療
患者さまへの気配りのある環境づくり 温もりのある医療

基本方針

医療連携を深め、地域医療と救急医療の充実に努めます
職員教育・研修を推進し、医療水準の向上に努めます
患者さまが満足する療養環境と職員が誇れる職場環境を目指します

患者さまの権利と責任

人権の尊重と、プライバシーが守られて治療を受ける権利
自分の病気や治療内容について、十分な説明を受ける権利
治療を選択する権利と、同意できない診療を拒否する権利
病院の規則を守り、他の患者さまの治療を妨げない責任