

2013年6月7日

第36号

獨協医科大学病院だより

— Dokkyo Medical University Hospital News —



日本医療機能評価機構 日本医療機能評価機構認定病院

平成25年(2013年)

6月



第36号

身近な病気 Q&A



子どもの低身長について

獨協医科大学小児科・とちぎ子ども医療センター 教授 有阪 治



身長が低いということで、子どもさん自身やご両親が悩んでいる場合があると思います。今回、子どもの低身長の問題についてお話しします。



低身長は病気なのか

遺伝的（家族的）に背が低いのは病気ではありません。しかし、低身長の中には、医療の手助けが必要となる、背が伸びない原因が隠れている可能性があります。そのような低身長を私たちは「成長障害」と呼んでおり、早く診断して治療を開始することが必要です。



子どもの低身長の目安を教えてください

低身長の目安は年齢の平均身長から標準偏差（SD）の2倍以上身長が低い場合です。わかりやすく言うと、誕生日が同じ100人の子どもが身長の順番で並んだ場合、前から2～3番目の子どもまでを低身長と考えます。（表）に、年齢別、男女別の低身長の目安を示しましたので参考にしてください。

低身長の目安(5歳から12歳までの基準値)

年齢	時期	男子平均身長	低身長の目安	女子平均身長	低身長の目安
5歳		110.7cm	97cm	109.9cm	97cm
6歳	小学1年	116.6cm	103cm	115.8cm	102cm
7歳	小学2年	122.5cm	108cm	121.7cm	107cm
8歳	小学3年	128.2cm	114cm	127.5cm	113cm
9歳	小学4年	133.6cm	118cm	133.5cm	117cm
10歳	小学5年	139.0cm	122cm	140.1cm	121cm
11歳	小学6年	145.1cm	129cm	146.9cm	128cm
12歳	中学1年	152.5cm	134cm	152.0cm	133cm

小学生は1年間に身長が5～6cm伸びますが、学校での身長の順番がだんだん前のほうへ行くような場合には、現在低身長ではなくても、いずれ低身長になる可能性があるので注意が必要です。



背が伸びない原因にはどのようなものがあるのですか

身長が正常に伸びるためには、「成長ホルモン」や「甲状腺ホルモン」などのホルモンが正常に保たれていなくてはなりません。しかし、身長が伸びない原因はホルモンの不足だけでなく、女子の場合には染色体に問題がある可能性もあります。また、脳腫瘍や他の病気が見つかることもあります。虐待による子どもの心理的ストレスや、親のネグレクト（養育放棄）で満足な食事（栄養）が与えられない場合にも、身長の伸びが悪くなることが知られています。夜ふかして間食することや睡眠時間の不足も、成長ホルモンの分泌量を低下させます。



身長を伸ばすためにどのような治療を行うのですか

成長ホルモンが不足している場合には、成長ホルモン注射をするなど、低身長のそれぞれの原因に対する専門的な治療を行います。しかし、思春期を過ぎると背が伸びるチャンスがなくなりますので、その前に小児科専門医に相談することが必要です。表に示した低身長の目安を参考にしてください。



背を伸ばせると宣伝されているサプリメントには効果がありますか

科学的にみてサプリメントで背が伸びるという根拠はありません。小児内分泌学会として、各社に誇大広告をしないように申し入れをしているところです。食事、運動、睡眠などの規則正しい日常生活が、身長が伸びるための基本です。

身長が低いというだけで、自己評価が低く消極的になったり、学校でいじめられたりする子どももいます。治療により背が伸びて、自信を持ち明るくなった子どもを多く経験しています。子どもの身長のことが気にかかる場合は、ぜひ小児科専門医に相談してください。

320列CT装置を導入しました



放射線部 部長 楢 靖

このたび当院では、最新型の320列面検出器型CT装置を導入いたしました。北関東では第1号器となります。

【面検出器の仕組み】

まず「面検出器」について簡単に説明します。皆さんはコピー機をご存じですね。原稿を置いてスタートボタンを押すと、光る棒のようなものが左から右に動き原稿の模様を読み取ります。読み取り部分の幅が狭いので、動くことで全体の模様を読み取って、あとからつなぎ合わせて一枚のコピーにしています。もし、光る棒が100本ぐらい左から右に並んでいたら、一瞬で原稿全体を読み取ることができますね。面検出器型CT装置では、たくさんの棒が並んでいるコピー機と同じ理屈で、わずかな時間の間に広い範囲の撮影ができます。



今回導入した320列CT装置
Aquilion ONE Vision Edition

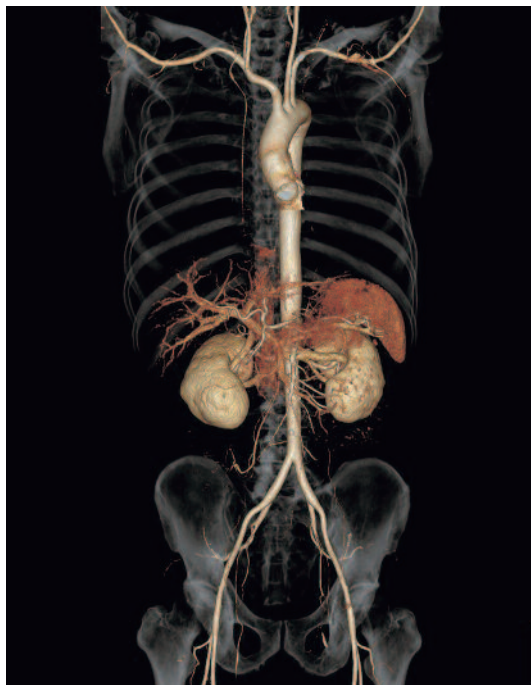
【面検出器の特徴】

撮影の最中に体が動くと写真がぼけてしまうのは、デジカメもCT装置も同じです。しかし、体が動いたとしても、一瞬で撮影が終われば、写真の輪郭は鮮鋭であり、CTでは病気の診断がしやすくなります。例えば、お子様が撮影中に少し動かれても診断に十分な画像が撮影できますし、もともと動いている心臓についてはこれまで以上に心拍数が高くても、評価しやすい画像を簡単に撮ることができます。

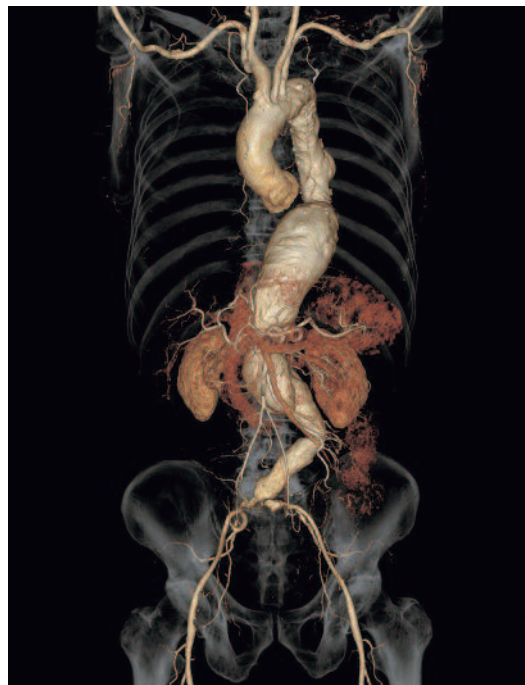
【期待できる利点】

広い範囲を一瞬で撮影できることで、心臓だけでなく、呼吸による動き、腸のぜん動など、体の中で普通に動いている臓器も止まった様に見え、病気の有無の診断とどこまで広がっているかの診断にも役立ちます。細かく画像を撮影することができるので、立体的な表示も精度良くしかも簡単に作成することができます。これにより、正確な病変の位置、範囲が分かり、詳細な画像を元に治

療の計画を行い、安全に施行できます。患者様ご自身だけでなく、ご家族の方々に対しても、病気について説明をするのに適した画像をいつでも作成できます。



正常な大動脈



大動脈瘤の状態

【エックス線被ばくの低減】

病院でCTを撮影する理由は、医療を行うために体内の様子を把握することが必要だからです。しかし、医療に必要なからといって、とてもたくさんのエックス線を使って綺麗な画像を作ろうとするのは誤りです。医療に支障を来さない写真を、しかも被ばくする量を少なくして撮影する、これが理想です。今回の新しいCT装置にはそのような工夫が組み込まれています(AIDR 3D)。

【これから】

「この病気を診断するためにはどれだけのエックス線の量で写真を撮影したらよいか」、という根本的な問いに一つ一つ挑んでいき、面検出器CTで新しい医療の道筋を描いていきます。

【お願い】

面検出器CT装置には最新の技術が盛り込まれています。だからといって、他のCT装置による検査は診断に役立たない、被ばく線量が多く危ない、というわけではありません。最新の装置でなくても、放射線科医や診療放射線技師が被ばくを出来るだけ低くしながら病気をはっきり写す努力を常に行っています。皆さんの医療にとってCT検査が必要だと医師が判断した場合には、最適の撮影方法でCT検査を行いますのでご安心下さい。疑問があれば、遠慮なく主治医にご相談下さい。

部 門 紹 介

◆◆◆ 地域医療連携センターの開設 ◆◆◆

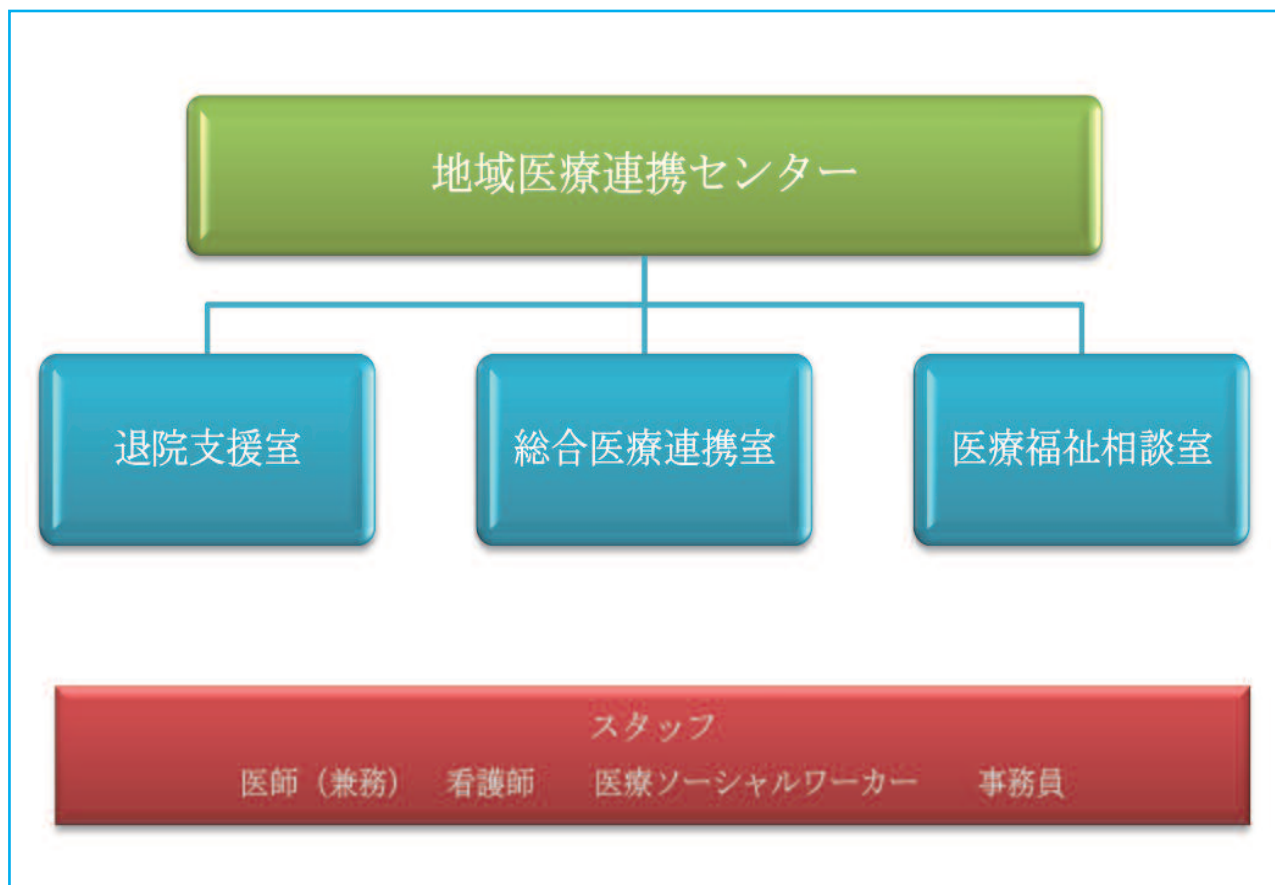
地域医療連携センター

センター長 井上 晃男

平成25年4月1日より、連携医療部と医療相談部、訪問看護部門を組織統合し「地域医療連携センター」を開設し、より一層の地域医療の推進に取り組んでいきます。

当センターには、入院患者様の退院のサポートや在宅における訪問看護、介護サービス援助などを担当する「退院支援室」、患者様の各種相談窓口として「医療福祉相談室」、地域医療機関との窓口として「総合医療連携室」を設置しており、看護師、医療ソーシャルワーカー、事務員が院内スタッフと協力し合い、地域の医療機関、関係機関、訪問看護ステーション等の皆様と連携し、地域医療へ貢献していくことを目指しております。

今後とも、患者様やご家族が安心して医療が受けられるよう、また在宅での療養においてもさまざまな問題に対して迅速かつ満足な解決が出来るよう、サービスの充実と推進を積極的に行っていきます。そして、地域の中で親しみやすい病院と感じていただけるような対応に努めていき、地域の皆様の悩みや問題の解決のお手伝いができればと思います。



◆患者相談窓口のご案内◆

ご心配なことがありましたら**地域医療連携センター**をご利用ください
医療ソーシャルワーカーと 看護師 が対応します

◆退院や社会復帰について心配がある

◆経済的問題で悩んでいる～医療費などの各種制度が知りたい～

◆入院・転院先の紹介をしてほしい

◆在宅福祉サービスについて不安がある

◆治療や看護、介護について不安がある

◆ご意見、ご要望があるとき

・・・など、お気軽にご相談ください

- ・ご相談は医療福祉相談室の面接室・病棟等で行います
- ・当院入院中や外来患者様の電話相談もお受けします
- ・費用は無料です。相談についての秘密は厳守します

受付時間 平 日 9:00 ～ 16:30
土曜日 9:00 ～ 13:30
(第3土曜日を除く)

※予約制ではありませんが、十分な相談時間をご用意させていただくため、事前に相談希望日時をお知らせいただくことをお勧めいたします。



〒321-0293

栃木県下都賀郡壬生町大字北小林 880 番地

【医療機関様 相談窓口】総合医療連携室

【患者様 相談窓口】医療福祉相談室

TEL:0282-87-2383 FAX:0282-86-5446

TEL:0282-87-2185



床ずれ予防のポイント



1. 床ずれとは？

床ずれは、医療用語では、褥瘡(じょくそう)と呼ばれています。寝具や車椅子などと接触する部分の皮膚が圧迫されることで、皮膚の血のめぐりが悪くなり、皮膚やその下にある組織が死んでしまった状態のことを言います。

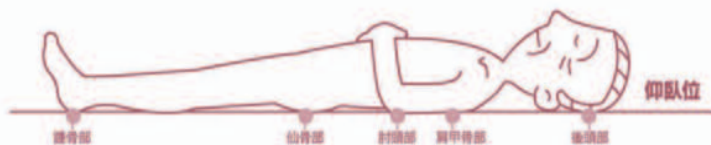
2. 床ずれができた場合の見分け方は？

床ずれができ始めた場合には、皮膚が赤くなって見えたり、水ぶくれができたりします。この時期は、床ずれができ始めた時期ですので、この段階で発見できるかどうか、その後深い床ずれになっていくかの分かれ道になります。

床ずれの見分け方として、指押し法があります。赤くなっている部分を指で押して白くなれば、床ずれではなく、一時的な赤みと言えます。指で押しても赤い場合には、すでに床ずれと言えます。



右の図のように、仰臥位(仰向け)で骨が出ている部分は、褥瘡が発生しやすい場所です。側臥位やうつ伏せでも骨がでている部分は注意しましょう。



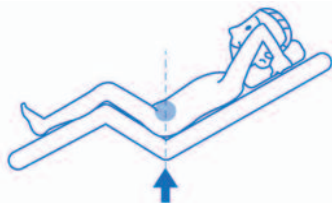
3: 床ずれの対処方法は？

床ずれの最大の原因は、同じ部分;特に骨が出ている部分にかかる圧迫です。それに加えて①皮膚の乾燥や栄養状態が悪い②痩せている③介護力が不足しているなどの要因も床ずれの発生に大きく影響します。

ご自分で動ける場合には、お尻の痛い部分をずらしたり、前後左右に体重移動をしたりということを無意識に行っています。これが、ご自身で出来ない場合には、体位変換を行う必要があります。



円座では、床ずれ予防はできません。



1. 床ずれ予防用寝具で一点集中の圧を逃がす
(エアーマットの活用)

電動ベットを使用している場合

1. 腰の位置とベットの曲がる位置を合わせる
2. ①膝を少し上げる
②頭側を挙げる→滑らないことで、皮膚の摩擦が予防できる

◆◆編集後記◆◆

新年度を迎え、みなさんの身の周りでも何かしらの変化があったことと思います。

年度が変わった今だからこそ、できる・感じることも多いはず。

梅雨時から夏へ向け、身体が知らない間に疲れているこの時期だからこそ、日常生活の基本である睡眠・食事をもう1度見直してみるのはいかがでしょうか？

褥瘡の予防とケアは、患者さんを中心として、ご家族と共に、地域と連携しておりますので、お気軽にご相談下さい。 皮膚・排泄ケア認定看護師 篠原真咲

看護師募集

○当院では看護師を募集しております。

詳細につきましては、下記窓口までお気軽にお問合わせください。

〒321-0293

栃木県下都賀郡壬生町大字北小林880

獨協医科大学病院 看護部

受付時間

平 日 9:00~16:00

土曜日 9:00~14:00 (第3土除く)

TEL : 0282-87-2395

FAX : 0282-87-2382



獨協医科大学病院だより第36号

〒321-0293

栃木県下都賀郡壬生町大字北小林880番地

TEL 0282-86-1111 (代表) FAX 0282-86-4775

当広報誌は当院ホームページよりご覧いただけます。

獨協医大病院 検索

<http://www.dokkyomed.ac.jp/hosp-m/>

発行年月日/平成25年6月7日

編集・発行/獨協医科大学病院広報誌委員会

印刷/株松井ビ・テ・オ・印刷