

# 日光医療センター通信

 獨協医科大学日光医療センター  
Dokkyo Medical University Nikko Medical Center

Vol. **8**

2009.11 第8号



## 主な内容

- 診療紹介（整形外科）……………2
- 部門紹介（事務部管理課）……………3
- 各種検査の紹介（心電図検査）……………4
- 旬を食べよう ……………5
- 年末年始の休診のお知らせ ……………5
- インフルエンザの対応について ……………6
- 求人情報 ……………6



診療紹介 シリーズで当センターの診療内容についてご紹介いたします。

▶ 整形外科

整形外科医師 嘉数 哲

運動器の疾患を扱う診療科です。身体の芯になる骨・関節などの骨格系とそれを取り囲む筋肉やそれらを支配する神経系からなる「運動器」の機能的改善を重要視して治療する外科で、背骨と骨盤というからだの土台骨と、四肢を主な治療対象にしています。

スポーツ傷害や交通外傷、労働災害などに代表される打撲、捻挫、骨折などの外傷、変形性変化を伴う加齢疾患、骨粗鬆症、関節リウマチ、痛風、運動器の先天異常などの先天性疾患など、新生児時から老年まで幅広い患者層を扱います。

<代表的疾患>

「変形性膝関節症」

①症状

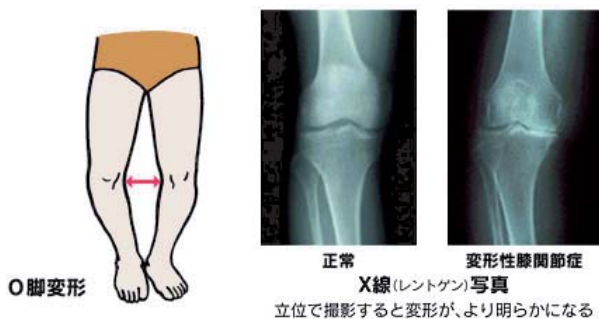
男女比は1：4で女性に多くみられ、高齢者になるほど罹患率は高くなります。主な症状は膝の痛みと水がたまることです。

初期では立ち上がり、歩きはじめなど動作の開始時のみに痛み、休めば痛みがとれますが、正座や階段の昇降が困難となり（中期）、末期になると、安静時にも痛みがとれず、変形が目立ち、膝がピンと伸びず歩行が困難になります。

②原因と病態

原因は関節軟骨の老化によることが多く、肥満や素因（遺伝子）も関与しています。また骨折、靭帯や半月板損傷などの外傷、化膿性関節炎などの感染の後遺症として発症することがあります。

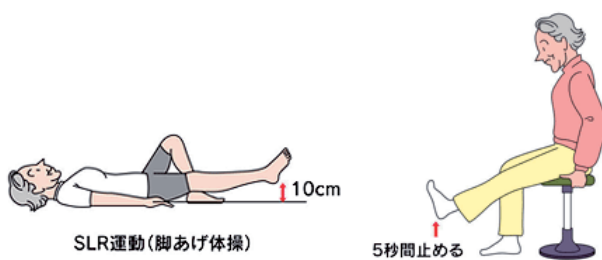
加齢によるものでは、関節軟骨が年齢とともに弾力性を失い、遣い過ぎによりすり減り、関節が変形します。



③予防と治療

(1) 予防（日常生活での注意点）

- ふとももの前の筋肉（大腿四頭筋）を鍛える。
- 正座をさける。
- 肥満であれば減量する。
- 膝をクーラーなどで冷やさず、温めて血行を良くする。
- 洋式トイレを使用する



(2) 治療

症状が軽い場合は痛み止めの内服薬や外用薬を使ったり、膝関節内にヒアルロン酸の注射などをします。また大腿四頭筋強化訓練、関節可動域改善訓練などの運動器リハビリテーションを行ったり、膝を温めたりする物理療法を行います。足底板や膝装具を作成することもあります。

このような治療でも治らない場合は手術治療も検討します。これには関節鏡（内視鏡）手術、高位脛骨骨切り術、人工膝関節置換術などがあります。



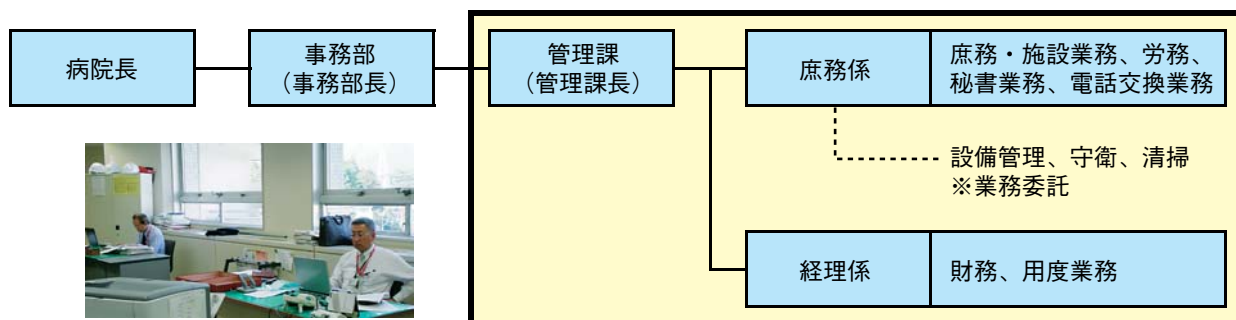
※日本整形外科学会ホームページから引用



部門紹介 シリーズで当センターの各部門をご紹介します。

## ▶ 事務部管理課

### ● 管理課の組織



### ● 管理課の構成

日光医療センター事務部管理課は、病院5階に位置し、管理課長以下、庶務係、経理係の2つの係から構成され、課員総勢14名で、日々の業務を遂行しております。

#### 【庶務係】

庶務係は、病院事務の総括及び連絡調整に関する業務を主として、諸監督官庁への認可申請及び届出、病院諸規の制定及び改廃、病院運営会議・諸事の準備、各種補助の申請報告、広報の編集・発行及び掲示、公書郵便物等の授受発送、入院患者様の選挙権行使、病院長・副院長の秘書業務、電話交換業務、教職員の人事・給与・福利厚生業務、建物の施設管理、その他どの部門にも属さない業務を一手に担当しています。



(電話交換室)

#### 【経理係】

経理係は、会計全般に関すること、予算編成・予算執行管理・決算業務に関すること、会計事務に関する調査、報告に関すること、そして、常の出納全般に関することを担当する財務担当者と、医療機器、物品、備品等の調達及び維持管理、設備関係費並びに物件費及び経費の管理に関すること、物品の補修・処分に関すること、そして、物品の調査統計及び報告に関することを担当する用度担当者が共に業務を行っています。



(病棟への物品配送風景)

### ● 最後に・・・

『管理課』ってどういう仕事をしているの・・・？と聞いていらっしゃる皆様。

ただ一言言えるのは、患者様、教職員、取引業者様の皆様に、どこかで管理課が関わっているのではないかと思います。身近過ぎてわからない・・・『管理課』は、縁の下の力持ち的な存在でいたいと考えております。

今後とも、患者様をはじめ、当センターに関係するすべての皆様の『管理課』として、業務を遂行していきますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 各種検査の紹介

シリーズ（全5回）で当センター臨床検査部で実施している各種検査をご紹介します。

第2回目は心電図検査の内容をご紹介します

### ▶心電図検査とは…

#### 心電図検査・ホルター心電図検査・運動負荷試験

心臓は、胸の中心からやや左寄りに位置し、大きさは、自分の握りこぶし大、重さは約300gです。また、全身に血液を送り出すために、1日に約10万回も収縮と拡張を繰り返しています。

心電図検査は、心臓の収縮と拡張の電氣的活動を記録し、心疾患の診断と治療に役立つものです。心電図検査でわかる病気は、不整脈・心肥大・心筋梗塞・虚血性心疾患・心膜炎・心障害などです。また、薬剤の心臓に及ぼす影響を見るために、心電図検査を行うこともあります。

しかし、心電図検査は数十秒間しか心臓の電氣的活動を記録できないため、1日24時間の生活の中で心臓の動きを見るホルター心電図検査があります。

最近の検査機械は、とても小さく、マッチ箱程度の大きさ（5cm×4.5cm）で、機械を付けていることがほとんどわからないほどです。異常な心電図の波形が、いつの時間に何をしている時にでているのか、どのくらいの時間続いているのか、1日に何回あるのか、そして、緊急を要する波形なのかなどを調べます。



（ホルター心電計）

その他の検査に、運動負荷試験があります。運動をすることで心臓に負荷をかけて、狭心症などの異常を見つける検査です。心筋梗塞後の運動療法にも使われています。

当センターでは、3つの運動負荷試験の検査をすることができます。

- ①マスター負荷試験・・・昇降台を使い負荷をかける検査です。
- ②トレッドミルテスト・・・動くベルトコンベアの上を最初はゆっくり歩き、徐々にベルトの速さと傾斜を増して負荷をかける検査です。
- ③エルゴメータテスト・・・自転車を使い、徐々にペダルの重さを増して負荷をかける検査です。

なお、トレッドミルテストとエルゴメータテストは、医師立会いのもと、血圧・心拍数・心電図波形を監視しながら、安全第一で実施しています。



（トレッドミルテスト）



（エルゴメータテスト）

## 旬を食べよう

## りんご



寒い季節になってきました。この時期、店頭で賑わいを見せる果物と言えば、りんごですね。

日本では主に20種類程度のりんごが栽培されているようです。

多くの優良品種が作られほとんど1年中ありますが、秋冬がりんごの旬なんです。

## 《 栄 養 》

カリウム、カルシウム、鉄分などのミネラル類や、ビタミンCや食物繊維のペクチンやセルロースなどを多く含んでいます。

- カリウムはナトリウム（塩のとりすぎ）の害を防ぐので、血圧降下に役立ちます。
- 食物繊維のペクチンやセルロースには整腸作用があり、便秘や下痢にも有効で腸内をきれいにし大腸がんを予防します。

## 《 見分け方と注意点 》

- 色、つやがよく、皮の張りがしっかりしているもの。そして、ずっしり重みのあるものをえらびます。
- 皮の部分には食物繊維を多く含むペクチンが多く含まれているため皮ごと食べるとよいでしょう。皮も安心して食べられる有機栽培のりんごをえらぶことをお勧めします。
- 切り口の変色は酸化酵素によるものですが、食塩水やレモン水に漬けることで防げます。



## 《 美味しい食べ方 》

- 焼きりんご . . . . . 中の芯をくりぬき、砂糖・洋酒をふって天火で焼きます。
- 重ね煮 . . . . . りんごとさつまいもを重ねて、中火でじっくり煮込みます。
- カレー . . . . . りんごのすりおろしを入れます。
- アップルパイ . . . . . パイの中身にたっぷりりんごを入れます。
- ミックスジュース . . . . . 好みのフルーツや牛乳などと一緒にミキサーにかけます。

(管理栄養士 阿部 由紀恵)

## お知らせ (年末年始の休診のお知らせ)

12月27日 (日) 日曜休診

12月28日 (月) 平常どおり診療

12月29日 (火) ~1月3日 (日) は年末年始休診

1月 4日 (月) ~平常どおり診療

休診日については、時間外外来の診療を行っています。

診療を希望される方は0288-76-1515 (代表) へお電話ください。

※入院患者の付き添い・ご面会については通常どおりです。

## 当センターのインフルエンザ対応について

### 【インフルエンザ様症状のある方の受診される患者様へ】

新型インフルエンザの感染が拡大しております。

病院での感染拡大を防止するためにインフルエンザを疑う症状のある方は、受診の際、以下の点にご協力ください。

- ・発熱、頭痛、悪寒、だるさ、関節痛、筋肉痛、鼻水、鼻づまり、咳、のどの痛み、痰、下痢、吐気、嘔吐などの症状がある方は、外来受診前に当センターへお電話ください。

### 電話番号 0288-76-1515

- ・当センターでは、インフルエンザの感染拡大防止のため、一般診療とは別に「発熱外来」を設けております。  
通常の受付時間内に来院された場合でも、重症患者様等を除き、一時帰宅していただき、再度、「発熱外来」に来院していただいておりますので、ご協力をお願いいたします。
- ・上記の症状がある患者様で受診される際は、必ずサージカルマスク（紙製）の着用をお願いいたします。  
布製マスクは効果がありません。
- ・咳、くしゃみの際は、ティッシュで鼻と口を覆ってください。
- ・頻回に手を洗う、アルコールでの消毒をお願いいたします。

### 【インフルエンザの検査について】

迅速検査は、検査薬の特徴から発熱後24時間以内、あるいは数日後経過している場合は、正確な結果が出ないことがあります。

### 【ご面会の方へ】

- ・発熱、頭痛、悪寒、だるさ、関節痛、筋肉痛、鼻水、鼻づまり、咳、のどの痛みなど、いずれかひとつでも症状のある方のご面会はお控えください。
- ・小児、妊婦の方は感染しやすく重症化することがありますので、ご面会はお控えください。

## 当センターと一緒に働いてみませんか？

### 平成22年4月採用看護職員募集中

詳細なお問い合わせは下記まで

TEL 0288-76-1515 (内線270) 看護部

※平成21年度採用についても随時対応いたします

## 編集後記

気がつくと日の暮れる時間が早く、朝晩は寒くなり、当院駐車場の紅葉もまさに見ごろを迎え、そろそろ高い山々では初冠雪のニュースも届いて来そうな今日この頃です。この秋は、シルバーウィークというものがあり、新型インフルエンザの影響で行楽地はどうかと思いましたが、ものすごい人達でしたね。我が日光のいろは坂、中禅寺、戰場ヶ原、また女夫淵温泉の紅葉は素晴らしく、インフルエンザのことなんて忘れてしまいそうです。しかし現実に戻り、インフルエンザの予防対策、手洗い、うがい、咳エチケットは習慣づきましたか？そして、栄養を摂り、睡眠を十分にとりましょう。とりたいものです。

(310)

## 日光医療センター通信 第8号

〒321-2593 栃木県日光市高德632番地 TEL 0288-76-1515(代表) FAX 0288-76-1611

<http://www.dokkyomed.ac.jp/nmc/indexj.html>

携帯サイト <http://www.dokkyomed.ac.jp/nmc/i/>

発行年月日／平成21年11月1日

編集・発行／獨協医科大学日光医療センター広報委員会

印刷／(株)松井ピ・テ・オ・印刷

