平成27年4月1日発行

広報

たちばな

第25号

（財）日本医療機能評価機構認定病院

橘 病 院

整形外科専門病院

TACHIBANA HOSPITAL

http:www.tachibana-hospital.jp

理事長　矢 野 良 英

広報誌「たちばな」の創刊号を平成16年3月に発行して以来、今年で11年目になります。私の年頭所感も9回掲載され、今までの広報誌に目を通しながら、昔の橘病院のことを思い起こしています。

橘病院は、そもそも戦後間もない昭和22年に、父が山田町に整形外科専門医として、矢野医院を開院したのが始まりです。当時私は5～6歳で、近くの悪がきが馬の尻尾で輪を作り、畑に罠を仕掛け雀をとらえようとしていたこと、芋ほり後の畑を足で掘り返して芋を見つけ、母が窯で炊いて煮詰め、芋飴を作り食べたこと、父が山に竹を取りにつれて行き、紙鉄砲を作ってくれたこと、線路に翁草の花が咲いていたこと等がうっすらと記憶の底に残っています。

昭和24年に、母の出生地である都城市上町の「たちばな呉服店」の場所に「たちばな」の屋号を継いで橘医院として移設開設。当時父が夜遅くまで、時には朝方まで看護婦さん相手に手術をして、母も一緒に仕事を手伝っていたのを思い出します。1～2歳を過ぎた先天性股関節脱臼の子供に、エーテル麻酔をして整復し、ギブス固定する治療をしていた時代で、苦労した話を母から聞かされたりしました。

昭和27年に現在の中町に移設して、昭和33年に医院より病床数58床の橘病院となりました。この頃、父が整形外科専門医として土･日･夜間もない年中無休で頑張っている背中を見ながら私は育ちました。中学生の頃は手術室を時に覗いていましたが、父が切断刀で一気に下肢を切断して、下肢の丸い切断面から血管や神経を素早く探して、処置していくその手際の良さが私の目に焼き付いています。父は、九大を卒業して神中教授に学び、戦時中に、疎開先の新京で新京医大の教授をしていたそうですが、その頃に下肢の切断術を数多く経験していたようです。

昭和52年　私が2代目として橘病院副院長に就任。橘病院の新築工事を竣工。親子二代で一緒に診療をする二人三脚の時代が5～6年続きます。

父の時代は、大人から子供まで上肢の手術は、局所麻酔でやらざるをえない時代で、大人の上腕骨幹部骨折や幼児の上腕骨外顆骨折等では痛がらせないように、泣かせないように手術することがとても大変でした。私が橘病院を手伝うようになり、麻酔器を導入しての、小児のケタラール麻酔や閉鎖式全身麻酔で手術ができるようになりました。父から色んなことを学びましたが、小児の上腕骨顆上骨折で完全に転位した骨折を治療する時に、私が助手として患肢を軽く支え、父が骨折部に触れて、父と同時に瞬時に力を加え、きれいに整復して且つ肘関節の屈伸や軽い動きを加えても容易に再転位しない位置にがっちり整復する技術はなかなかマネのできないものです。父はかなりの数の症例を経験し苦労をする中で、何とかギブスシーネで治療するために磨いた技術だと思います。

昭和55年　橘病院を増築し、病床数82床に増床。

平成　7年　都城市中央東部土地区画整理事業が始まり、当院は、その中心部に位置し、道路の配置や病院の土地の換地の整備が終わるまでの間は、病院の増改築は凍結状態に陥る。

平成10年　天神町に職員寮「天神ハイツ」竣工、職員駐車場整備。

平成12年1月　橘病院副院長に柏木輝行が就任。私と柏木先生の二人三脚時代が始まる。

平成13年　自家骨冷凍保存のボーンバンク導入。

平成14年　一般病床40床、医療型療養病床42床届け。

平成14年　土地区画整理事業による換地の整備も終わり、病院は三方道路に面した角地に立地して、病院の裏･表に合わせて60台駐車可能な駐車場を整備することができました。土地区画整理事業後、今日までに病院の増築を4度行い、施設や設備の充実をはかってまいりました。病院の医療法人化や病院機能評価機構の認定を受けるという手法で病院の組織の充実化や病院機能をマニュアル化して実践し、且つ評価が出るように職員一同努力してまいりました。このことは病院案内の沿革にまとめられていますので参照してください。

振り返りますと、私も橘病院に帰ってきて、40年を経過して、古希を過ぎ、男子の平均的健康年齢に達してしまいました。病院の目標はかなり達成されているように思います。カルテの電子化はまだですが、慎重に検討を要する案件だと思います。外来患者さんの要望を、充分にかなえていくには、クリニックの併設が必要だと考えています。しかし、時代と共に、医療機関そのものに国が求めるニーズが大きく変化してきています。今後の病院の課題につきましては、国の医療施策の動きを慎重に見守りながら対処していくことが必要だと思います。

口腔ケアと全身の健康

口腔内細菌と内科疾患との関連性、咀嚼（そしゃく：物をよくかみ砕き味わうこと）の機能と老化・認知症との関連性など、口腔環境が高齢者の全身の健康と密接に関連していると近年いわれるようになりました。
細菌の塊である歯垢は、ムシ歯や歯周病の直接的な危険因子であると同時に、全身疾患を引き起こす菌の温床としての役割を果たす可能性が高いのです。口の中の細菌が関与すると考えられる代表的な全身疾患としては、感染性心内膜炎、敗血症・虚血性心疾患・誤嚥性肺炎などがあげられます。
当院では、年間約250例の人工関節手術を行っており、『人工関節を受けられる患者様とご家族の方へ』のパンフレットの中でも紹介しているように、体内に異物が入っている場合、遅発性に感染症が生じることがあります。体調を崩して、免疫が低下したときに人工関節に細菌がついたり、体のほかの部分に感染がありそれが人工関節に波及する可能性があるといわれています。そこで、今回は口腔ケアについてお話したいと思います。

お口のはたらき ＝ 生命の維持や人間らしい暮らしや表情をつくる器官として大切な役割

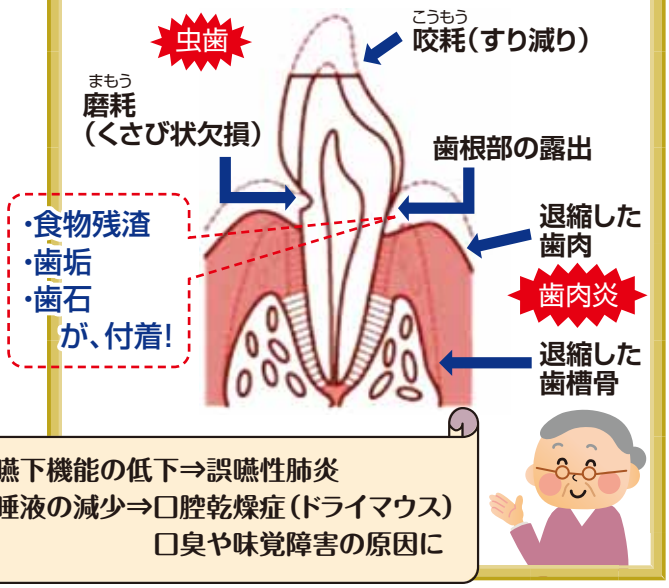
食べる

摂食 → 咀嚼 → 嚥下

ポイント Point　かむことで脳の血流が増え、脳神経細胞の働きが活発になり認知症予防にもつながる

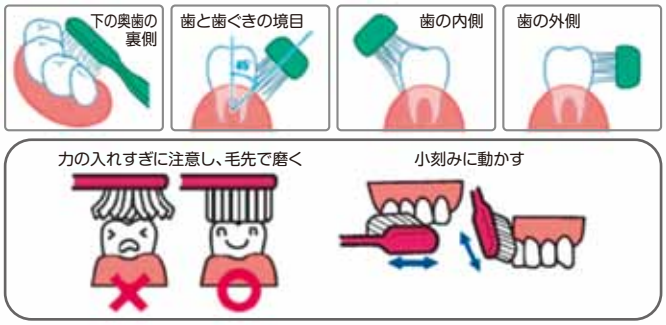
呼吸する　言葉を話す　顔の表情を作る

高齢者にみられる状態

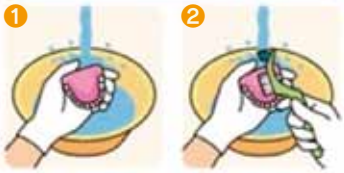


嚥下機能の低下⇒誤嚥性肺炎
唾液の減少⇒口腔乾燥症（ドライマウス）
口臭や味覚障害の原因に

口腔ケア（毎食後・寝る前の歯磨き（義歯洗浄）やうがい）が大切!!!



STEP1 簡単磨き



流水下で、入れ歯についている食べかすやヌルヌルとした歯垢のかたまりなどを洗い流す。

汚れがある程度取り除けたら、入れ歯専用ブラシを使い、ヌルヌルがなくなるまで磨く。

STEP2 義歯洗浄剤

入れ歯の保管用容器にお水と義歯洗浄剤を入れて、入れ歯を浸す。

STEP3 念入り磨き

流水下で、入れ歯ブラシを使用して、入れ歯洗浄剤のお薬成分や、浮き上がったヌルヌルをしっかり磨いて洗う。

お水をお口に含む。

左側のほほを膨らませ、3～4回ブクブクと動かす。

右側のほほを膨らませ、3～4回ブクブクと動かす。

鼻の下、上唇と歯ぐきの間を膨らませ、鼻の下を伸ばすようにあごを上下に動かしながら、上唇と歯ぐきの間で3～4回ブクブクと動かす。

ほほ全体を膨らませ、3～4回ブクブクと動かす。

自宅で出来る簡単エクササイズ ～バスタオルを使って全身リアライメント（骨格矯正）～

◆方法◆

①バスタオルを2枚重ねて、ロール状に丸めたものを準備します。

※バスタオルの枚数を増やすことで、効果を実感できる場合がありますので、2枚以上重ねていただいても構いません。

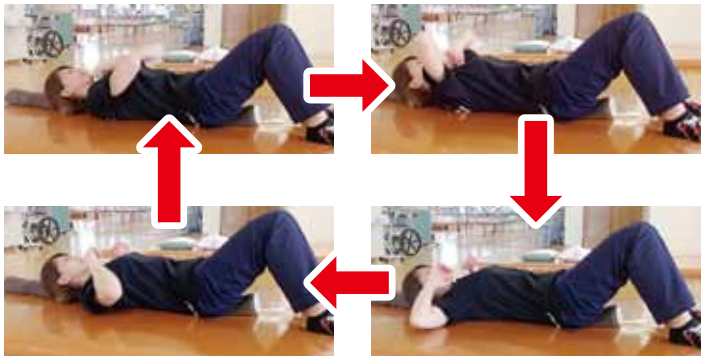
②準備したバスタオルの上に後頭部、背骨、尾てい骨を合わせて寝ます。

※両手は肩を軽く広げ、手のひらを床につけます。両足は膝を軽く曲げます。

③そのままの姿勢を5～10分保ち、リラックスしてください。以上です♪

※深呼吸をしたり、肩を軽く回したりすると、さらにエクササイズ効果アップ!!

深呼吸の際は、息を吸う時にお腹を膨らませ、吐く時に凹ませます。これを腹式呼吸と言います。お腹に手を当てて、お腹の動きを確認しながら実施してみて下さい。



効果

- 背骨、肩関節、骨盤、股関節の歪みの矯正（姿勢の改善）
- 肩こりや腰痛の改善、手足の血行改善、不眠の改善

注意

- 体に痛みが出たり、めまいを起こす場合はエクササイズを中止してください。
- 時間や回数の制限はありませんので、ご自身の体調に合わせて実施してください。

薬剤科便り

今回はシップについて説明します。

湿布には温めるタイプと冷やすタイプがあると思っている方がいますが薬剤としてのシップは冷やしたり、温めたりする機能はありません。

メントールが入っていて貼ったときスーとしたりヒンヤリした感じがしたり、トウガラシなどの刺激成分により血流が良くなり温かく感じるものはあります。

実際に冷やす場合には氷嚢やアイスノン等を当てて冷やします。

温める場合には蒸しタオルなどを当てて温めます。

薬剤としてのシップにはメントールなどの清涼剤の他、鎮痛効果のある薬剤が入っていて皮膚から吸収されて痛みを緩和します。

シップをはがした後もしばらくは薬剤が皮膚に残っているため、鎮痛効果が続きます。

湿布剤は貼った所だけでなく、その周辺にも効果があるので隙間なく貼る必要はありません。

効果の持続時間も12時間、24時間と製品により異なりますのでもらう時に調剤薬局さんで確認してください。

重要注意事項

ケトプロフェン含有製品（モーラステープ等）は日光過敏症を起こすことがあるので使用中及び使用後もしばらくは貼った所を衣服で覆い日光にあてないようにしてください。影響は数か月間続く場合もあるので、衣服から露出する可能性のある所には使用しない方が望ましいでしょう。

鎮痛成分の入っている製品は妊娠中の方は使用できません。胎児の動脈管収縮や羊水過少症の危険があります。

自分がもらったシップを他の人（家族や知人）に分けたり、又逆に他の人から譲り受けたりしないでください。気管支喘息の方は場合により症状が悪化することがあります。喘息でない方の場合でもアレルギー症状など思いもよらない影響が現れることがあります。

▼部位別の湿布使用例を紹介します。

Room

三宅 明美

梅の実も大きくふくらんで、新茶の芽吹きも鮮やかです。病院のスタッフの皆様ご気嫌如何ですか。26年3月、今度も橘病院の広報誌〝たちばな〟第23号を送付して戴きありがとうございました。カラーで写真も多く読み応えのある内容で解り易くまとめてあり読むのが楽しみです。私は、平成17年7月22日、平成21年7月17日に人工股関節置換術を受けました。平成21年5月28日、痛くて歩けなくて眠れなくなり、覚悟を決めて柏木先生のもとへ、「先生、手術をしていただきたいので今日は参りました。」すぐ先生のゴーサインの返事があってありがたくホッとして気持ちが落ち着きました。そして1回目の時も2回目の時も杖無しで歩いて退院出来ました。リハビリは、塩崎猛先生、「まず、横隔膜がひっついているのではがしましょうね。」久しぶりの深呼吸をしたことを今も覚えています。脚が元気になったお陰で、今では週2回のグランドゴルフ健桜会24名で練習に通い、畑の野菜を作り、花も植え草取りにも精を出し忙しい充実した楽しい毎日を過ごして居ります。4月23日、五十市地区クランドゴルフ大会で160名位の参加で、女性の部で1位に入り、賞品はお米5キロをいただいて初めてのことで、いつの間にかニヤニヤしている自分に困りました。

7月には5年目の定期検診に参ります。柏木先生と塩崎先生にお目にかかるのが楽しみです。それでは皆様お元気で、ご機嫌よう。

『人工股関節の手術を受けて』

えびの市在住

長い間足腰が痛く近くの病院に通っていましたが、一向に良くならず、宮崎の病院で股関節と分かった時には、手術するしかないと云われて、それも半年待たなくては出来ず、また苦痛を堪えての日々でした。そんな時、東京の息子から橘病院を薦められて紹介状もなくお伺いして診察して頂きました。あの日の嬉しさは今でも忘れられません。柏木先生に手術してもらい有り難く、唯々心より感謝の念で一杯でございます。先生方を始め、スタッフの皆様方には大変お世話になりありがとうございました。厚くお礼申し上げます。術後6ヶ月が経ち、高齢者のレクダンス等に参加する様になりました。そんな私の姿を見て「良かったですね。どこで手術されたの？」と聞かれ、橘病院の柏木先生に治して戴きましたとお答えしています。嬉しい限りです。本当にありがとうございました。

飯干 成子

橘病院の皆様、毎日お忙しい事と思います。

人工膝関節手術をうけて2年7ヶ月になりました。手術後は、全然痛みもなく途中困難だったのが休まず歩くことが出来ます。午前中は、1時間位歩く運動をしています。

3年位何も出来なかったけど、今は自家用野菜を作っています。うれしいです。85歳で手術してもらい、今年は88歳になりました。今思えば入院していた時のことがなつかしい思い出です。至れり尽くせりのお世話して頂き、柏木先生を始め病院の皆様大変お世話になりました。ありがとうございました。

『楽に歩ける喜び』

中馬 勝子

長年の足の痛みに耐えかねた私に友達が勧めてくれた所が橘病院でした。子供達にも相談、背中を押され手術する事を決心しました。右足は平成24年11月、左足は平成25年7月に行いました。その節は院長先生をはじめスタッフのみなさん大変お世話になりました。今では痛みもなく1時間程度の散歩もできる毎日を送っています。4月には息子の転勤で大阪に引っ越しの手伝いに行きました。都会の人ごみの中、しっかりと歩くことができる自分がいました。橘病院のみなさん本当にありがとうございました。元気にしていただいた足、大事にしていきたいと思います。

『感謝の毎日』

持永 節子

今、こうして毎日を楽しく過ごさせていただいているのも3年前の人工股関節置換術のおかげと感謝している所です。

あの頃は、腰の痛さで何の望みも楽しみもなく唯、この痛みの取れる物は何でも試してみたく、温泉へ行ったり、整骨院へ行ったりといろんな体験もしてみました。でもとうとう歩けなくなり、当病院の柏木先生の股関節手術を受けることになりました。あの時の先生始め、看護師、リハビリの先生方が皆やさしく接して下さったおかげで今は痛みもなく、楽しくグランドや畑の野菜作りで毎日を楽しく過ごさせてもらっています。本当に有難うございました。

充分なカルシウム摂取と、適度な運動で骨太生活を!

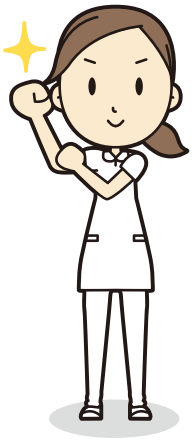
カルシウムは、食生活の中で不足しやすい栄養素の一つとされています。1日の必要量を満たすと推定される推奨量は、50歳以上の男性で700mg、15歳以上の女性では650mgとされています。(日本人の食事摂取基準2015年版)

骨量は、骨格の成長とともに20歳くらいまで増加し、成人期にピークを迎え、中高年期は徐々に減少していきます。高齢者に骨粗しょう症が多いのは、老化により生理的にカルシウムの吸収率が低下していることが原因の一つである、と考えられています。成長期からしっかりと摂取することが最善ですが、高齢期を迎えてからでも遅くありません。女性は特に、閉経後、女性ホルモン(エストロゲン)が減少してしまうので、意識してカルシウムを摂取しましょう。

★骨を丈夫にする栄養素とそれを多く含む食品

- **カルシウム:骨の材料となります。**
  ⇨乳製品、小魚(干しえび・煮干しなど)、野菜(水菜・菜の花・モロヘイヤなど)、生揚げやひじき
- **ビタミンD:ビタミンDはカルシウムの吸収を助けます。**
  ⇨ビタミンD:青魚、卵黄、乳製品、きのこ類
- **マグネシウム:マグネシウムはカルシウムの働きを調整します。**
  ⇨大豆、未精製の種実や穀類(玄米等)、海藻(ひじき・わかめ)
- **たんぱく質:骨の構成成分であるとともに、不足するとカルシウムの吸収不良となります。**
  ⇨肉・魚・乳製品・大豆製品

＊適量摂取を心がけましょう。



食　材	カルシウム量(mg)	食　材	カルシウム量(mg)
牛乳(200ml)	220	ししゃも(2〜3尾)(50g)	175
ヨーグルト(100g)	120	木綿豆腐(1/4丁)	90
小松菜(80g)	136	チンゲン菜(80g)	80

飲酒や喫煙、塩分・カフェインの過剰摂取は、骨を弱くしてしまう可能性があります。生活習慣を見直しながら、コツコツと骨を丈夫にしていきましょう!

検査科より　心電図（しんでんず）の話

山 田　美都子

皆様は心電図といえば、「心臓の検査」「脈の検査」と理解される事と思います。しかし、今まで一度も検査した事がない方が、骨折などされ、いざ入院となられた時に、心電図検査を行う場面で「何が解るのですか？」と聞かれるので、ご説明いたします。

心電図というのは、ズバリ！心臓の異常を見つける検査です。
大まかに言えば、脈のみだれ（不整脈）と、高血圧と、狭心症などがわかります。
よくドラマなどで、心電図モニターからピッ、ピッ、という音の出る場面がありますが、あのピッ、ピッ、という音の間隔や、拍子が一定のリズムではない場合を、「不整脈」と言います。
自分の脈をとってみて下さい。安静時に急に早くなる場合、逆に突然脈が途切れたり、飛んだり、脈が遅い場合、それが不整脈のサインです。
症状としては、もやもやとした胸の違和感、めまいなどです。
高血圧の方の心電図は、リズムは一定ですが、波形が大きくなったり、下向きの波形が出たりします。
症状は、めまい、頭痛などです。
心筋梗塞、狭心症は、心電図の波形に独特な異常が現れるので、専門の医師が見れば、すぐにわかります。
症状は、肩こり、胸の違和感、胸のしめつけ感が短時間に、発作的に起こります。
骨折などのストレスで、発症する事はまれですが、もともと、不整脈と高血圧がある方は要注意です。
骨折や、人工関節の手術は出血が伴いますので、心臓に負担がかかるのです。
また、不整脈があるためにふらついて、転倒してしまった結果、骨折される場合もあります。
手首や、頸の動脈の「脈をとる」事を、普段から心がけていれば、早めに異常がわかり、内科治療ができ、骨折や人工関節の手術もスムーズに受ける事ができます。
自分の脈をとったり、血圧を測る事はとても大切ですね。

第35回宮崎県臨床整形外科医会学術講演会が平成27年4月25日に開催されました。
当院院長の柏木輝行が講演を行いました。

演目：『下肢人工関節手術手技の実際 ― 2800例の自験例から』

外来診療表

	月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜	土 曜
午前診療	柏 木	柏 木	花 堂	柏 木	花 堂	柏 木
	福 島	矢 野	福 島	花 堂	福 島	花 堂
	（花 堂）			福 島		福 島
						宮大医師
	外来手術・手術	手 術	手 術		手 術	
午後診療	花 堂	花 堂	花 堂		花 堂	宮大医師
	（矢 野）	宮大医師	（福 島）		（福 島）	
	（福 島）					
	外来手術・手術	手 術	手 術		手 術	

※なお、医師の都合により急遽、予定変更になる場合もありますのでご了承ください。

※緊急で手術が入る場合は、診療時間が変更になりますのでご了承ください。

※第１・第３土曜日：柏木は病棟診療となります。
※第２・第４土曜日：花堂は病棟診療となります。
※第３・第５土曜日：福島は病棟診療となります。

●皆さんから何か疑問に思われることやご質問があれば、当院の医師、看護師、理学療法士、栄養士、薬剤師、放射線技師、事務員がお答えいたしますので文書や口頭、メールでかまいません。お寄せください。
（メールアドレス info@tachibana－hospital.jp）

発行元：医療法人橘会橘病院（財）日本医療機能評価機構認定病院　編集:橘病院広報委員会　ホームページ:http:/www.tachibana-hospital.jp