



茅ヶ崎徳洲会病院

健康診断受診にあたってのお願い

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、当分の間、
次の方は体調が回復してから健康診断のご受診をお願いいたします。

●37.0度以上の発熱・咳などの呼吸器症状、全身の倦怠感、咽頭痛、鼻汁、鼻づまり、頭痛、関節・筋肉痛、下痢・嘔気・嘔吐などの症状のある方。	●14日以内に新型コロナウイルスの患者やその疑いがある患者（同居者・職場内での発熱を含む）との接触歴がある方
●受診予定日の一週間以内に37.0度以上の発熱があった方。	●新型コロナウイルスの患者に接触濃厚の可能性があり、待機期間内（自主待機も含む）の方。
●14日以内に、法務省・厚生労働省が定める諸外国への渡航歴がある方。（およびそれらの方と家庭や職場内で接触歴がある方）	●その他原因不明の体調不良のある方。

該当する方は事前に健康管理センターまでご連絡いただき、日程の変更・キャンセルをご相談ください。健康診断が安全に実施されるよう、ご協力をお願いいたします。

ワンコイン健診 ■1コース 500円(複数コース選択可能) ■実施時間 14:00~16:00(平日)

- 健康診断の結果で「再検査」の項目があった方
- 生活習慣を改善してその効果を確認したい方
- 外来受診・健康診断をする時間がなかなかとれない方
- 気軽に健康に関する数値を確かめたい方

コースを選択して気になる項目の血液検査を行うことができます。通常の健康診断とは違い、医師による結果説明や相談は行いませんが、次の項目からお気軽に検査をすることができます。検査結果は、採血後60分ほどお待ちいただいて当日お渡します。

茅ヶ崎徳洲会病院 健康診断・人間ドック担当

ご予約・お問い合わせは ☎0467-89-2555
受付時間 13:30 ~ 17:00 (日・祝日除く)

ご予約をおすすめします。予約時はコース名をお伝えください。

コース	検査項目
①貧血コース	■貧血の有無がわかります 赤血球、ヘモグロビン、ヘマトクリット
②脂質コース	■血液中の脂質異常を調べます 中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、L/H比、nonHDL-C
③血糖コース	■糖尿病の指標になる検査です。※空腹時の検査をおすすめします 空腹時血糖、HbA1c
④肝機能コース	■肝障害の有無を調べます AST、ALT、γ-GTP
⑤腎機能コース	■腎機能を調べます クレアチニン、尿素窒素、ナトリウム、カリウム、クロール
⑥痛風コース	■痛風のときに上昇する血液中の尿酸値を調べます 尿酸、尿素窒素、クレアチニン
⑦尿コース	■基本的な尿検査です 尿タンパク、尿糖、尿潜血
⑧体脂肪コース	■肥満度を調べます 体脂肪率、身長、体重、BMI、血圧

編集後記

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、様々なことが急速にオンライン化されています。当院でも、今年6月よりオンライン医療講座開催に踏み切りました。実際に会場で行うのとは違って参加者の反応は見えないものの、匿名で質問できることもあり多くの質問が寄せられ、活発な時間となっています。ご興味のある方はオンライン医療講座に是非ご参加ください。

地域医療支援室 餅田



えぼしめ〜る vol.18



小児のストレスによる自律神経の異常には、
早めの治療が大切です。

診療科/小児科・内科
専門医・認定医等/
日本小児科学会、日本小児科医会、小児科専門医

小児科医師 **小島 知彦**
Tomohiko Kojima



起立性循環調節障害 (OD) は、 主にストレスによる現代の病気です

近日は小児科でも、心理的・精神的な面が絡んでいる症状や病気がだんだん増してきたように感じます。「起立性循環調節障害」という、起立時にめまいや動悸、失神、朝起き不良、倦怠感などが起きる自律神経の病気は私が専門としている分野の一つです。

起立性循環調節障害は別名「OD」といい、昭和50年ごろから社会情勢が変わるにつれて、この概念が出てきました。

この病気は端的に言ってしまうと子供における自律神経失調症で、大きな原因はストレスです。

この疾患は自律神経疾患ですので、身体的要素以外に環境的要素も関わって起こると考えられています。朝起きられないことから、不登校になってしまう割合も多いことが知られています。

自律神経の乱れは、あらゆる不調を 引き起こします

人間はまっすぐ立つと、血液は下にはいかず、下肢の静脈が縮んで血液を押し上げます。血管を動かすのは、自然に動くわけではなく自律神経で動いているのです。この自律神経が血液を押し上げる力が遅れて、上までうまく回らずに頭がクラクラしてしまいます。血管自体は正常でも、押し上げる力が遅れると、脳の血の巡りが悪くなるのです。

起立性循環調節障害の対処法としては、例えば起きる時に急に起きるとクラクラしてしまうので、ゆっくり立ち上がること。また午後から活動を開始するなど、無理をしないこと。そしてこの病気のお子さんは低血圧であることが多いので、脱水に気をつけて塩分と水

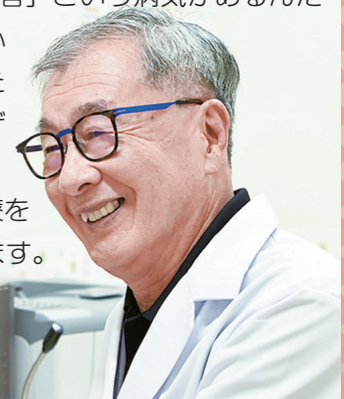
分を取ると血圧を上げるために効果的です。病院で検査をして明らかに検査上で陽性ならば、血圧を少し上げるお薬を出しています。

ストレスをコントロールし、 早めの対処が肝心です

ストレスによって自律神経が影響を受けることがこの病気の大きな原因なのですが、同じストレスによっても感じ方は人それぞれですので、ストレスそのものだけでなく、その子の性格が重要なファクターになります。

ストレスは自力で変えられても、性格を変えることは困難であるように思われますが、これは子供と大人でだいぶ違います。大人の性格を変えるのは難しいですが、大人に比べると子供はまだストレスに対する捉え方を変えることができますので、早めの対処、治療が重要になってきます。改善するためには、症状があっても充実した生活ができるように、周囲で協力して見守ることが必要不可欠です。また本人や親も、あまり気にしすぎないということも重要です。

朝お子さんが起きられず、親御さんが悩んでいる場合でも、「起立性循環調節障害」という病気があるんだとわかると、親も子供も安心します。そしてその改善のためにはやはり薬を出してあげるといふ診療だけでなく、しっかりと話をしながら治療をしていく必要性を感じています。思い当たる症状がある場合は、まずは相談にいらしてください。



「動く痛い。」
そんな時は整形外科にご相談を。
症状から病態を見極め、
適切な治療を心掛けています。

診療科／整形外科
所属学会・資格／
日本整形外科学会認定専門医、産業医

整形外科部長 **日野 勝利**
Katutoshi Hino



整形外科は頭部を除く、四肢・体幹・脊椎の筋骨格系を守備範囲とする診療科です。疾患の多くは、加齢に伴う変性疾患とスポーツや事故等による外傷性疾患であり、その多くは「何かをすると痛む」というのが特徴です。

時に、整形外科には「何もしなくても痛い」や「周期的に痛む」といった症状で受診されることもあります。そのような痛み症状は、稀に心疾患や腹部臓器疾患を由来とする「内因性疼痛」である可能性もあるため、患者さん、特に初診の問診や診察は、診察室に入ってくる時の表情や歩き方、話し方をはじめ、できるだけ患部に触れて確認をしながら慎重に行い、適切な検査や治療の組立てを行うよう心掛けています。

外来での待ち時間が長いと感じる事があるかもしれませんが、このような背景があることをご来院の皆さまにご理解して頂ければと思います。

さて、整形外科の治療には以下の3本の柱で成り立っています。

①投薬治療 ②リハビリテーション治療 ③手術治療

通常初期治療では①②の組み合わせで経過観察し、症状が改善しなければ③を検討します。術後もリハビリが必要になるので、②と③もセットと考えた方がよいでしょう。

①は「科学の力」、③は主に「医師の技術力」に大きく依存していますが、さて②はどうでしょう。

②にとって重要なのは「患者さんの力」だと私は考えています。

リハビリというのは、①とも③ともセットで行われ、治療全般に関わってきます。患者さん自身が治ろうとす

る意志や覚悟、そして努力が治療を進める原動力だからです。病院での治療は、患者の持つ治癒能力を最大限活かせる環境をつくることであり、時間をかけて治してゆくのは患者自身の治癒能力なのです。

整形外科では、治療上、必要に応じてリハビリすることをお勧めしています。

「私(医師)とあなた(患者)で、一緒に頑張りましょう」の意味を込めて。

原因がわからない痛みは、不安と重なってより不快に。診察や検査で不安を払拭すれば、身も心も身軽に。

「痛み」とはなんでしょう。

これは人間がもつ、身の危険を知らせるための生体防御反応の1つです。この「痛み」は、同じ刺激を加えても人によっては感じ方が全く異なる場合があります。その理由の1つは、痛みに対する恐怖や不安が関係しているからだと言われています。

はじめは痛くて受診をされた患者さんが、診察や検査をして痛みの原因をはっきりさせることで納得し、薬ももらわずに帰られることがしばしばあります。

これはつまり、「得体のしれない痛み」から「正体の分かる痛み」になったからであり、診察や検査を受けることで「大きな問題」から「小さな問題」に変化したからです。このように、同じ痛みであっても患者さんの痛みとの向き合い方によっては治療方針が大きく変わってくることが分かります。ただ痛み止めを処方するだけでなく、痛みとの向き合い方を変える手助けをすることも、臨床医には必要なスキルなのだと思います。

ます。

特に外傷もなく発症した痛みなどは、「得体のしれない痛み」ですが、そんな時はご自身の生活習慣や生活環境を見直してみてください。人によって生活スタイルは様々です。知らず知らずのうちに、患部を酷使していたり、負荷をかけてはいないでしょうか？

このように、疾患の鑑別において、住居の構造や立地、仕事内容や通勤手段、プライベートな趣味や運動習慣など、あらゆることを確認しなければ見えてこない病態もあります。個人的なことを掘り葉掘りと聞くようですが、病態解明にはとても重要だったりするので。

生活の質を重視した手術を行っています

昔と違って今は90歳でも100歳でも、本人とご家族が希望して手術前のスクリーニングで問題がなければ、積極的に手術をします。90代で畑仕事をして、家でも普通に生活していた患者さんなら手術をしています。歩けなくなると、生活の質が完全に落ちてしまうからです。人間にとって歩けることは、残りの人生を左右する大きな要素になりますので、もちろんリスクはありますが、可能であれば手術をした方がいいと思っています。

高齢の患者さんの場合、性格とか家庭環境、生活状況、介護度などを把握した上で総合的に判断していますが、その後、介護施設に入所するケースが少なくないので、車いすを使うことになっても入所後の生活の負担を軽減するために手術する場合があります。本来、手術は歩けるようにするためのものですが、痛みをコントロールしたり、介護をしやすくしたりするための手術治療が、高齢化社会において選択肢として出てきました。純粋に医療だけの問題ではなく、介護も見据えて治療をしていく必要性を感じています。



整形外科部長
日野 勝利

症例実績例

- 骨折観血的手術／大腿・下腿・鎖骨
- 骨内異物除去術／上腕
- 関節内骨折観血的手術／肘・足
- 人工骨頭挿入術／股

情報社会の中で起きる痛みにも速やかに対応しています

近頃は受験勉強が過熱して、特に冬場の受験シーズンが近づくと、子どもの腰痛とか肩こりが増えてきました。スマートフォンの普及で首の骨が真っすぐになってしまうストレートネックになる人が増えているのを診ると、整形外科は時代を反映しているのを感じています。昔は足腰や膝の痛みは肉体的労働が原因となることが多かったのですが、今はデスクワークやパソコン作業による首や肩の痛みが変わっているようです。

いろいろな情報が氾濫する中で、インターネットなどで知識を得て、思い込みで来られる患者さんがいるので、困ることがあります。すぐに治らないと、自分が思った通りの治療をしないからだと思われるケースもあり、スムーズな治療ができないことがあります。

情報社会であるにも関わらず、必要な応急処置の知識を持っている人が少ないようにも感じます。例えば足をくじいて腫れているのに、お風呂に入って症状が悪化して来院する方がいますが、腫れているところを温めたら痛くなるのは当たり前です。もう少し基礎知識があれば、ひどくならず済み、病院に来ることもなかったかもしれないと、残念に思うこともあります。

一人一人に合った治療方針をこれからも立てていきます

今までもそうですが、これからも患者さんの将来設計を加味した上で治療方針を立てるオーダーメイド、テーラーメイドの医療を続けていきます。当院は小回りが利く病院ですので、かかりつけ医のようにしていただければと思います。簡単な手術だったらここでもできますし、難しい手術だとしても然るべきところをご紹介します。

痛みがあったり、違和感を覚えたりしたら、とりあえず相談していただければ、ご期待に応えることができます。安心してお越しください。

整形外科 外来診療日時

	時間帯	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	○	○	○	—	○	○
	午後	—	○	—	—	—	—

※都合により変更が生じることがございますので、ご了承ください。尚、休診情報は当院ホームページでご覧いただけます。