

	月		火		水		木		金		
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
総合診療	2診	総合診療 廣西			総合診療 廣西		総合診療 廣西		総合診療(循環器) 羽野		
	3診	糖尿外来 岸本		循環器 榎野	総合診療(循環器) 羽野	泌尿器外来 稲垣(武) (2-4週)	肝臓 佐藤	糖尿外来 河井		呼吸器 田中	
	4診		皮膚科 (1-3週) 神人 (4週) 坂田	脳神経内科 中西		循環器 山本		リウマチ膠原病 応援医師 (第2週)			
	新患5診	田中		河井		岸本		江守		江守	
	外科診					脳神経内科 中西		櫻井 【第3週を除く】			
脊椎ケアセンター	6診	脳神経外科 大岩	整形外科 米良(好)		脳神経外科 大岩		脳神経外科 大岩		脳神経外科 上野 【第1週】	脳神経外科 大岩	
	7診	センター長 脊椎 川上		センター長 脊椎 川上	整形外科 中川		整形外科 米良(好)		センター長 脊椎 川上		
	8診	整形外科 籠谷		整形外科 寺口	骨粗鬆症外来 寺口		整形外科 籠谷		整形外科 中川		
眼科	佐々木	安武	石川	雑賀 岡田 【第1週】 【第3週】 (眼科新患も含む)	二出川	子ども外来 二出川 佐々木	安武	佐々木	石川	術前外来	
			子ども外来 二出川	二出川	黄斑外来 石川		二出川	安武	黄斑外来 石川		
小児科	青柳		樋口		青柳		青柳	青柳			
リハビリテーション科	隅谷		隅谷		隅谷		隅谷	隅谷			
認知症疾患医療センター	大岩		廣西				廣西		中西		

診察受付/月曜~金曜:午前8時45分~11時30分 ※第1週の水曜日午後は、加藤医師が救急対応 令和2年1月1日現在



# あじさい



vol.31  
2020.冬号

## 令和2年 新年のご挨拶



分院長  
川上 守

謹んで「子年」年頭のご挨拶を申し上げます。  
新しい十二支のサイクルがスタートしました。廣西内科教授のもと本院から優秀な内科医師が派遣され「総合診療医」養成フィールドの基盤ができ、地域に密着し超高齢社会に対応した医療を提供することができつつあります。また、皮膚科や泌尿器科などの専門医にも総合診療の一環として外来診療にご協力いただいております。脊椎ケアセンターも脊椎疾患のみではなく骨折などの外傷ならびに関節疾患など一般的な整形外科疾患にも十分対応

できるようになっています。また、伊都・橋本圏域で唯一の認知症疾患医療センター（連携型）が開設され、認知症の患者さんのみならずご家族の方にも満足いただける診療体制、医療ネットワークが出来上がりました。このように地域医療を担う基盤ができつつあります。

紀北分院は地域医療に貢献することはもちろんのこと大学の附属病院として総合診療医、整形外科、脊椎外科などの専門医教育にも力を注がなければなりません。患者さんやご家族から信頼される医療を提供できる優秀な人材を育てる使命も紀北分院には課せられています。様々な疾患を抱える患者さんを診療させていただくことで実践的な教育が可能となると考えていますが、そのためには多くの患者さんを診させていただく必要があります。少しでも心身に不調のある患者さんは気軽に受診していただければ幸いです。

今年は、外来診察での待ち時間短縮を検討課題の一つに挙げさせていただいております。診療に満足していただける環境を整えていく所存です。十二支の最初の「子年」に紀北分院がさらに発展できますよう、皆様のご支援、宜しく願い申し上げます。

## 「かるて師匠の健康高座」

副分院長・内科教授 廣西昌也

前回は大川亭可流亭(おおかわてい かるて) 医師と、医療に興味のある高校生、北紀子(きた のりこ) が高血圧についてお話をしました。  
紀子: 実はおばあちゃんも高血圧で紀北分院にかかっているんですが、家で測る血圧と、病院で測る血圧がいつも違うって言ってます。  
可流亭: ふつうは病院で測る血圧が高くて、家で測ると少し低いんだよ。病院での血圧を診察室血圧、家での血圧を家庭血圧っていいます。  
紀子: どうして病院で測ると高くなるのかしら?  
可流亭: たぶん病院では緊張するんだろうね。病院では高血圧なのに、家では正常だという人もいて、こういうのを「白衣高血圧」といいます。白衣を見ると高くなるから白衣高血圧。  
紀子: 白衣高血圧の人は治療しなくてもいいんですか?  
可流亭: あわてて薬を飲む必要はないけど、後々家庭血圧も上がってきたりするリスクは高いので、血糖やコレステロールのチェックも続けた方がいいと言われてます。  
紀子: 逆に病院では正常なのに家では高い人もいるんでしょうか?  
可流亭: いい質問だね。実はそういう人もいて、「仮面高血圧」ってよばれてます。病院では正常なのに、実は家では高い人。  
紀子: 仮面を被っているわけですね。  
可流亭: そう。でもね、仮面高血圧の人は脳卒中や心臓病などの動脈硬化の病気を起こしやすいと言われてます。だから検診や病院で正常だと言われても、「一家に一台」は血圧計を常備して、家でも時々測った方がいいんだよ。



## 【お知らせ】

- ・令和2年1月より、眼科に佐々木秀一朗助教が着任しました。
- ・令和元年11月末で、内科の稲垣優子助教が退職しました。
- ・令和元年12月末で、眼科の泉谷愛講師が退職しました。
- ・次回の紀北分院通信「あじさい」春号は4月発行です。

## 和歌山県立医科大学附属病院紀北分院 分院長 川上 守

〒649-7113 和歌山県伊都郡かつらぎ町妙寺219 TEL0736-22-0066(代) FAX0736-22-2579  
ホームページアドレス <http://www.wakayama-med.ac.jp/med/bun-in/index.html>  
2020年1月発行



## 紀北分院クリスマス会(12月23日)



## 【掲載内容】

- ・令和2年 新年のご挨拶
- ・高齢者の大腿骨骨折
- ・転倒予防
- ・医学教育等関係業務功労者表彰を受賞
- ・災害訓練
- ・就業体験
- ・外来診療医担当表
- ・かるて師匠の健康高座





## ■ 高齢者の大腿骨骨折



整形外科  
助教 米良好正

現在日本における高齢者の大腿骨骨折は、年間およそ 20 万例に達しています。転倒を契機に発生することが多く、今後高齢社会の中ますます増えていくと予想されています。

股関節は大腿骨側が骨頭、骨盤側が臼蓋<sup>きゅうがい</sup>で形成されており、球状の形をした骨頭が受け皿の形をした臼蓋の中で動きます。高齢者の大腿骨骨折は股関節周囲で発生することが多く、寝たきり、もしくは要介護の状態になる原因別では第 4 位です。これは脳卒中、認知症、衰弱の次に多い原因となっています。

骨折部位により名称が分かれ、大腿骨頸部骨折、大腿骨転子部骨折があります。大腿骨頸部骨折は股関節内の骨折です。一方大腿骨転子部骨折は股関節外の骨折で股関節の筋肉が付着している部位での骨折です。

手術方法は大腿骨頸部骨折の場合は骨折部を金属製のプレートやネジ（インプラント）で固定する手術や人工の骨頭に置き換える手術、股関節をすべて人工関節に置換する手術があります。大腿骨転子部骨折はインプラントで固定する手術のみとなります。いずれの手術も当院で施行することが可能です。

この骨折は非常に強い痛みを伴うため、寝返りをするのでさえ困難になります。手術をしない場合は数か月間の安静を強いられます。身体機能の低下が進み、感染症や床ずれ、認知機能の低下、栄養不良、抑うつ状態になる等様々な合併症を引き起こします。退院することもできなくなり施設や病院に入院したままとなる可能性もできます。また、骨折部からの大量出血や骨が癒合しない可能性が高いため、基礎疾患が問題なければできるだけ早期に手術をすることが原則となります。

高齢者の大腿骨骨折は、骨が脆くなる骨粗鬆症に起因する骨折です。一度骨折を起こすと反対側の股関節や脊椎がドミノのように次々と折れる可能性があります。このような骨折の連鎖を防ぐために、骨粗鬆症の治療を開始していかなければなりません。もちろん骨粗鬆症の治療は骨折が起こる前から行うことができます。そのために、まずは自分の骨密度を把握しておくことが重要です。当院では DEXA 法といって、レントゲンを用いて容易に骨密度を調べる事が可能です。特に女性の方は閉経後急速に骨密度が低下しますので一度は調べておくことをお勧めします。

## ■ 転倒予防

リハビリテーション科 理学療法士 山本義男

厚生労働省の統計によると、毎年全国で約 6000 ～ 7000 人の方が、転倒・転落により亡くられており、死亡原因としては全体の 10% 前後に上ります。特に高齢者においては加齢による基礎的な運動能力の低下によりその数は上昇し、転倒・転落による死亡者は 60 歳以上が約 85% を占めています。また高齢者は骨粗鬆症などにより、転倒した際に高頻度で骨折を併発します。さらにその骨折が誘因となり介護が必要になる方が多くいらっしゃるのが現状で、転倒による骨折は毎年介護が必要となった原因の第 3 位～ 5 位となっています。そのため高齢者はとりわけ転倒を予防する必要があります。

それでは、転倒しないために日頃からどのようなことを行えば良いのでしょうか？転倒の原因として、まず下半身を中心とした筋力低下やバランス機能障害等が転倒のリスクを高めるとされています。そのため筋力とバランス能力の強化を含んだ複合的な運動が特に重要になってきます。具体的には、テーブルや壁に手をつけて片足で立ったり、踵やつま先を上げて立つ運動や椅子を使ってゆっくりと立ったり座ったりする運動などがあります。毎日少しずつ運動することで筋力やバランス能力が改善し、転倒を予防することができます。

また、服薬中のお薬にも注意する必要があります。お薬の中にはめまいやふらつき、眠くなったり筋肉を弛緩させるような副作用があり転倒につながる場合があります。そのためお薬手帳などを利用して服薬管理を行い、様子がおかしい時は医師や薬剤師に相談することをお勧めします。

その他にも転倒の原因となるものはたくさんあり、その予防対策も人によって様々です。何かおかしいと思われたら、かかりつけ医や当科にご相談ください。

## ■ 医学教育等関係業務功労者表彰を受賞

### 令和元年度医学教育等関係業務功労者表彰を受賞しました

当院の外越登志子看護師が、令和元年度医学教育等関係業務功労者表彰を受賞しました。この表彰は、大学における医学・歯学に関する教育・研究・患者診療等に係る業務に長年従事し顕著な功績のあった者に対し、文部科学大臣から授与されるものです。

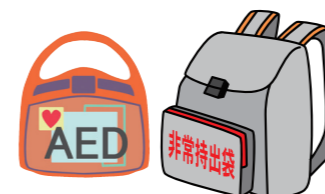


## ■ 災害訓練

### 令和元年12月7日(土) 災害訓練を実施しました

第14回橋本市災害医療フォーラムとして、災害拠点病院である橋本市民病院と災害支援病院である紀北分院と紀和病院の3病院にて災害訓練を行いました。

訓練には和歌山県立高等看護学院の学生が模擬患者役として参加し、災害での被災者が来院する想定で行いました。



## ■ 就業体験

和歌山県立笠田高校、かつらぎ町立笠田中学校、かつらぎ町立妙寺中学校の皆さんが、10月に当院で就業体験をしました。就業体験を通して、働くことや病院の仕事について理解を深めてもらいました。

