

もっと知りたい、健康のこと。

静岡赤十字病院広報誌

2024年・新緑号

vol.370

|季刊発行|

日赤News

しずおかクロス NAVI

16～27歳がHPVワクチンを無料で接種できるのは2025年3月まで！
当院で接種ができます

ほっとニュース

苦しんでいる方を今、救うために
能登半島地震被災地支援のご報告

【特集】

腰痛治療に新たな選択肢

腰椎椎間板ヘルニアの 新治療

診療報酬改定と
マイナ保険証についてのお知らせ

information

当院に新たに赴任した医師をご紹介します

写真は当院で働くスタッフが毎号出ます。

注目の
トピックス

今号のテーマ: **腰椎椎間板ヘルニア**

腰痛治療に新たな選択肢

腰椎椎間板ヘルニアの 新治療

多くの人が悩んでいる腰痛、その原因として時折耳にするのが腰椎椎間板ヘルニア。これまで保存療法か手術の二択と考えられていたこの病気に、近年新しい治療法が登場。昨秋より脊椎センター長に着任した高橋医師にお話を伺ってきました。

教えて
ドクター
Q & A

整形外科 部長／脊椎センター長
高橋 洋平 医師

臨床のみならず、特発性側弯症の遺伝的な因果関係を発見するなど研究においても数々の実績をお持ちの高橋先生、静岡日赤には3度目の赴任となります。現在はご家族と離れての単身赴任、週末はもっぱらご自宅に戻り家族と過ごすことが多いそう。

Q 腰椎椎間板ヘルニアとはどんな病気ですか。

A 背骨は小さな骨が連なってできていて、それぞれの骨の間には、骨に加わる力を吸収する「椎間板」という組織があります。この一部がなんらかの原因によって後方に飛び出し、神経を刺激して激しい痛みを生じさせるのが椎間板ヘルニア。診察である程度の予測はつきますが、レントゲンでは診断がつかず、確定診断のためにはMRI検査が必要となります。腰椎椎間板ヘルニアでは腰痛だけではなく片側の下肢痛が生じるのが特徴的です。またヘルニアは必ずしも痛みを伴うわけではなく、痛みが発生することなくそのまま消滅してしまうこともしばしばあります。

Q 腰椎椎間板ヘルニアになりやすい人はどんな人でしょうか。

A 一般には働き盛りの20～40代男性に多くみられますが、早ければ10代、遅ければ80代で発症する人もいますし、女性の患者さんも多くみられますから、どんな人にも起こりうる病気と考えてよいかと思います。現在の研究では、遺伝的素因、喫煙習慣、職業上の負荷（腰に負担のかかる重労働や同じ姿勢の連続など）などが原因として指摘されています。



いつ、誰にも起こりうる 腰椎椎間板ヘルニア

突然の腰痛、さらに片側のお尻から太腿の裏や外側、スネの外側へ足にかけて激痛やしびれを生じさせる腰椎椎間板ヘルニア。ヘルニアとは、背骨の骨と骨の間でクッションの役割を担う椎間板の一部がなんらかの原因によって後方に飛び出し神経を刺激して、腰から脚に強い痛みやしびれを生じさせる病気のこと（図1）。特に腰椎のヘルニアは、いつ誰にも起こりうる、とても身近な病気です。

椎間板ヘルニアの多くは時間の経過とともに吸収され、それとともに痛みが引くこともあるため、まずは保存療法として飲み薬や注射で痛みを抑えながら、腰に負担をかける動作を控えるようにします。この治療によって8割程度の患者さんは症状が改善しますが、3ヶ月経っても症状が続く方、あるいは激痛で足が動かなくなったり排尿障害を生じたりと日常生活に支障をきたすような場合は3カ月未満でも手術でヘルニアを除去することを検討します。

新たな治療法の登場で、 より低侵襲な治療が可能に

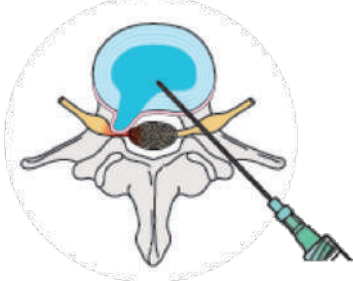
従来、腰椎椎間板ヘルニアの治療は保存療法か手術しか選択肢がありませんでしたが、2018年8月より「椎間板内酵素注入療法」という新しい治療ができるようになりました。

これは背中から椎間板に針を刺し、コンドリアーゼという酵素を注入するという日本発の治療法（図2）。治療時間は局所麻酔で10分程度、治療直後から6カ月までゆっくりと症状は改善、治療後1年で手術同等の効果が得られ、本治療後に手術に至るのは5〜10%とされています。手術と比べて費用が安く、治療も短時間で済むといったメリットがあります。

腰椎椎間板ヘルニアは罹病期間が半年〜1年超におよぶと、手術を行っても症状が改善しにくくなるという報告もあります。手術には踏み切れないけれど痛みが強く、また痛み止めの副作用が強く出てしまう方にとって、新しい治療法は有用な選択肢。当院でも多くの方にはっきりとした効果がみられています。ただし2度目の注射には高度のアレルギー反応が起こる可能性があるため一生に1回しかできないかったり、下肢麻痺のある方や椎間板が傷み酵素注入が難しい方など、この治療に向かないケースもあります。当院は日本脊椎椎間病学会認定の椎間板酵素注入療法実施可能施設です。患者さんの意思を尊重しつつ、症状や状況を確認しながら安心して受けられる治療法を決定しますので、お悩みの方はぜひご相談ください。

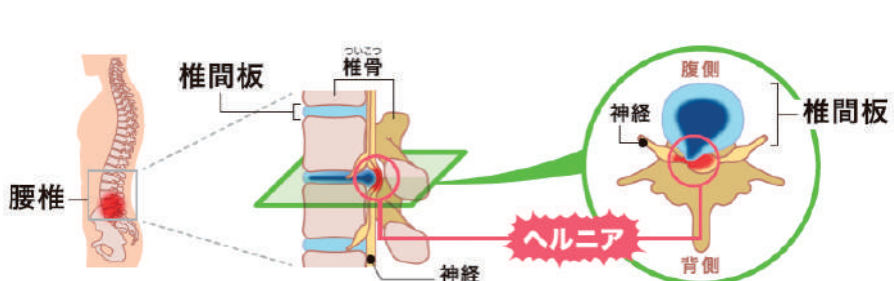
図1 腰椎椎間板ヘルニアの生じる仕組み

図2 椎間板内酵素注入療法のイメージ



NHKワールド「メディカルフロンティア」にて、高橋橋師の前勤務先である慶應大学病院整形外科での治療とともに詳しく紹介されています
<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/tv/-medicalfrontiers/20231002/2050147/>

図1 腰椎椎間板ヘルニアの生じる仕組み



る治療法を決定しますので、お悩みの方はぜひご相談ください。

INFORMATION

診療報酬改定と マイナ保険証についてのお知らせ

令和6年6月1日に厚生労働省による診療報酬改定が行われます。そのため、治療内容が以前と変わらない場合でも、ご負担金額が変わる場合があります。

また当院では、マイナンバーカードによる健康保険証の資格確認を行うことができます。1号館1階の初診受付・紹介患者受付・入退院センターに機器を設置していますので、ぜひご利用ください。



表紙を飾った静岡赤十字病院スタッフ

看護師（左より）

太田 亜希子さん 畑中 美乃さん



石川県を中心に甚大な被害をもたらした能登半島地震。医療体制にも大きな負荷がかかるなか、被災地の病院にて病棟支援に従事したおふたりに表紙に登場いただきました。当院では発災以降さまざまな形で支援を継続中、今後も皆様のご理解ご協力をお願いします。



苦しんでいる方を今、救うために 能登半島地震被災地支援のご報告

1月1日16時10分に発生し最大震度7を記録した石川県能登半島。災害救護業務を使命とする日本赤十字社では「苦しんでいる人を救いたい」との思いのもと、被災地支援に全力であたっています。当院からも1月2日の救護班(DMAT含む)派遣を皮切りに、3月15日現在

のべ52名の当院職員が派遣・支援に従事しています。日赤の救護活動は派遣者だけでなく、それを支える職員や、患者さんのご協力によって成り立っています。支援くださる全ての方に感謝申し上げるとともに、今後も被災地の皆様のお役に立てるよう力を尽くして参ります。

日赤救護班

主に避難所での巡回診療や物資搬送、救護所での活動を行う。医師、看護師、薬剤師、主事で構成され、のべ21名派遣。



1班 1/7~1/11 七尾市・中能登町
2班 2/25~2/29 珠洲市 3班 3/7~3/11 珠洲市

日赤災害医療コーディネーターチーム(CoT)

被害状況の情報収集や分析、医療ニーズや関係機関の活動状況等の把握、救護班の活動調整を行う専門チーム。医師、看護師、薬剤師、主事で構成され、のべ5名派遣。珠洲市保健福祉調整本部などで活動。



1班 2/1~2/5 珠洲市

こころのケア班

健康状態や身近な悩みに寄り添い、ストレスの軽減につなげる。阪神・淡路大震災を契機に始まった、日本赤十字社の災害救護活動のひとつ。看護師、主事で構成され、のべ4名派遣。輪島市立病院、市役所でケアを行う。



1班 2/17~2/23 輪島市

病院支援ナース

市立輪島病院に2名派遣。
1/17~1/23、1/22~1/28
病棟看護業務



DMAT

避難所でのアセスメント、輪島市立病院で救急外来業務、患者搬送に従事。医師、看護師、薬剤師、主事で構成され、のべ10名派遣。

DMAT調整本部ロジ

本部支援業務に従事。静岡県庁にて、のべ10日間10名派遣。

INFORMATION インフォメーション

当院に新たに赴任した医師をご紹介します

2024年4月1日付にて当院に新たに39名の医師が赴任いたしました。皆様に信頼される医療を目指し、病院一同一丸となって頑張ります。

診療科	氏名	診療科	氏名
総合内科	高木 保	産婦人科	白倉 知香
総合内科	田上 暁之	泌尿器科	石川 琢丸
精神科	長谷川 花	麻酔科	小林 真弓
脳神経内科	吉田 昌平	救急科	大鐘 崇志
呼吸器内科	鈴木 健太郎	初期臨床研修医	江崎 大航
呼吸器内科	草鹿 砥 るい	初期臨床研修医	神成 朝日
呼吸器内科	増田 拓也	初期臨床研修医	工藤 真綾
消化器内科	佐藤 佑樹	初期臨床研修医	香野 さちか
消化器内科	坂口 航輝	初期臨床研修医	小林 あい
外科	高橋 淳博	初期臨床研修医	田中 祐介
外科	込山 新作	初期臨床研修医	手計 佑紀
呼吸器外科	早川 貴光	初期臨床研修医	橋本 英里香
整形外科	丸野 秀人	初期臨床研修医	深川 大輝
整形外科	石倉 久年	初期臨床研修医	増田 有咲
整形外科	増山 友二	初期臨床研修医	松永 光太郎
整形外科	藤田 渉	初期臨床研修医	美濃地 駿介
整形外科	喜多 大樹	初期臨床研修医	森 麻侑加
整形外科	海野 保人	初期臨床研修医	宮本 航
形成外科	大澤 里紗	初期臨床研修医	広瀬 悠理
脳神経外科	松井 秀介		

暮らしに役立つ情報をおとどけ しずおかクロスNAVI

16~27歳がHPVワクチンを無料で接種できるのは2025年3月まで！
当院で接種ができます

2022年より子宮頸がんワクチン接種の積極的勧奨が再開され、厚生労働省ではワクチン接種対象年齢の間に接種を逃してしまったキャッチアップ世代(平成9年~17年生まれ)の女性を対象に助成を行っています。助成を使えば本来約10万円近くかかるワクチンを無料で接種できますが、この助成事業は2025年3月まで。子宮頸がんワクチンは3回接種が必要のため、9月までに1回目の接種開始が必要です。当院では本年1月より平日以外に第4日曜の接種にも対応しています。お気軽にお問い合わせください。



あなたに届けたい、
今だからできる子宮頸がん予防。

TEL 054-254-4311 (代)
から産婦人科外来まで



詳しい情報はQRコードからアクセス!