

もっと知りたい、健康のこと。

静岡赤十字病院広報誌

2023年・秋冬号

vol. 368

|季|刊|発|行|

日赤News

information

患者さんの不安や苦痛を軽減

「耳鳴り外来」を開設しました

しずおかクロス NAVI

がん患者サロン

「クロスカフェ」再開しました

ほっとニュース

頭痛センター開設1周年記念講演

「片頭痛は『治す』から『予防』の時代へ」



【特集】

エコーの登場で大きく変わった

整形外科での外来治療

盛況御礼! 市民公開講座

「市民のみなさんともっとクロス!」

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: エコー検査

エコーの登場で大きく変わった 整形外科での 外来治療

日進月歩で進化している医療技術。
近年整形外科の分野で普及が広がっている
超音波診断装置(エコー)もそのひとつです。
今後常識となるかもしれない「整形エコー」について、
四肢関節再建センターの雨宮医師に
解説していただきます。

教えて
ドクター
Q & A

整形外科
雨宮 剛 医師

学生時代、バレーボールで故障した経験から整形外科医の道へ。当院には2022年に着任、四肢関節再建センターにて上肢疾患を担当する。休日には家族と散歩がてら「ポケモンGO」を楽しむなど、ちょっと意外な一面も！

Q 治療において、整形エコーはどのように活用されているのですか。

A 整形外科で行う治療には痛み止めや炎症止めの注射がありますが、整形エコーを使えば、画像で確認しながら狙い通りの場所に薬剤を入れることができます。エコーによって痛みを感じる部位・神経を特定することで、ブロック注射や筋膜リリースと呼ばれる手技をいっそう効果的に行えるようになります。

Q 予防的リハビリテーションでは、整形エコーはどのように活用されていますか。

A わかりやすいものでいえば、少年野球にみられる「野球肘」。野球肘とは成長期に投球動作を繰り返し行うことによる肘の痛みなのですが、整形エコーを使えば発症初期の軽微な異常を見つけることができます。都市部では成長期の子どもの健康に配慮して、集団検診を促している少年野球チームもあります。



導入が進む整形エコー、レントゲンとどう違う？

医療現場では様々な装置が活躍していますが、なかでも重要な役割を果たしている装置のひとつがエコー（超音波診断装置）。エコーと聞いて多くの方が想像するのは、消化器内科や循環器科、あるいは妊婦さんのお腹の赤ちゃんの様子を確認するエコー検査などではないでしょうか。中には「整形外科でエコー？」と不思議に感じる人もいるかもしれません。

整形外科のエコーは「整形エコー」「表在エコー」と呼ばれ、手や足などの浅い組織（皮膚から骨までの間の組織）を見るためのもの。広く普及するようになったのはここ10数年で、現在は外来における診断や治療など、様々なシーンでこの整形エコーが活躍しています。

子どもの頃、運動中にケガをして、コーチに「骨が折れていないか診てもらってきなさい」といわれて整形外科に向かったことはありませんか。以前の整形外科では、痛みのある部位をレントゲンで撮影し、問診や徒手検査とあわせて治療方針を決定するのが一般的でした。

確かにレントゲン撮影は骨の状態は見やすいのですが、筋肉や靭帯など軟部組織の状態は評価しづらい。筋肉や靭帯の病気が疑われ

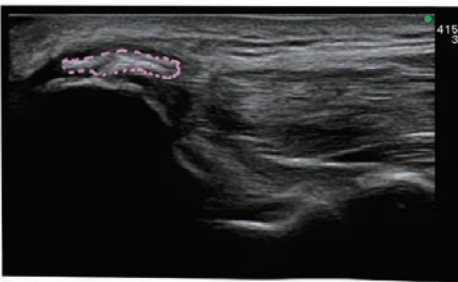
る場合はあらためて予約を取り、CTやMRIによる検査をしなくてはなりませんでした。

多くの情報を迅速に確認、スムーズな診断が可能

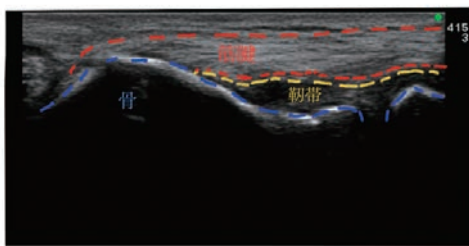
こうした状況を一変させたのが整形エコー。整形エコーでは骨だけではなく、靭帯や腱の損傷・断裂の状態、関節の炎症の状態まで、一度に確認することができます。

またレントゲンによる撮影が静止画であるのに対し、整形エコーでは患者さんの体の動きを伴いながら、リアルタイムで組織の様子を診ることが可能。多くの情報が迅速に得られるようになり、靭帯や腱の損傷、肉離れといった疾患も、即日評価ができるケースが増えてきました。

整形エコーは、外来での診断から治療、経過観察、予防的リハビリまで、あらゆるフェーズで有用です（※Q&A参照）。特に体の中の状態や変化の様子について、画像を使って患者さんとイメージを共有できるのは大きなメリット。例えば靭帯などが切れてしまい安静が必要な時、ただじっとしているのは



肘内側、画像左が上腕骨。手首を動かす腱の附着部に石灰化を認める（ピンク色で囲んだ部分）。



正常な肘の内側。筋腱に腫れもなく、石灰は通常存在しない。

つらいもの。でも、組織が徐々に繋がっていく様子を目で見確認できれば安心できますよね。整形エコーの画像が治療のモチベーションにつながるという声は、多くの患者さんから聞かれています。

当院でも整形外科に専用エコーを常備し、迅速な診断・治療に役立っています。また医療技術の発展とともにデバイスやディスプレイも進化、整形エコーに関する医療者向けセミナーも多く開かれ、クリニックにおいても急速な拡がりを見せているところです。

治療をより効果的なものとするために、エコーの導入が進んでいることが伝わったでしょうか。待ち時間などご負担をおかけしていますが、わからないことや不安なことがあれば、当センターにぜひご相談ください。

表紙を飾った静岡赤十字病院スタッフ

診療放射線技師 左より
野澤ゆうなさん 小林晃菜さん



10月は乳がん啓発月間。検診でおなじみマンモグラフィを背景に、若手診療放射線技師の2人が表紙に登場。女性からは「どうしてもニガテ」との声も多く聞かれるマンモグラフィですが「できるだけ力を抜いて、リラックスする」のが痛みを逃すコツだそうです。

INFORMATION

盛況御礼! 市民公開講座 「市民のみなさんともっとクロス!」

病院開設より90周年にあたる今年度より新たに始まった市民公開講座。去る9月13日に開催された第1回講座では「膝痛」をテーマに、整形外科の窪田・中根医師が痛みの仕組みと治療について解説しました。予想を超える多くの方に足を運びいただき、職員一同感謝いたします。今後も皆さまの健康に役立つ講座を開催してまいります。





第5回 JPAC患者さんと頭痛のQOLを考える会 in Shizuoka 頭痛センター開設1周年記念講演 「片頭痛は『治す』から『予防』の時代へ」

日本人にとって「頭痛」はとても身近な存在。でも「たかが頭痛」と思っていないですか？ その痛みは本当に「ただの頭痛」ですか？
頭痛に悩む生活は当たり前ものではありません。頭痛に対する正しい知識や対処法、新しい治療法などを知り、痛みに耐える生活ではなく「予防しながら上手に付き合う生活」に変えていきましょう。当院頭痛専門医の守屋麻美医師がわかりやすく解説します。

日時：11月16日（木）18:00～19:00

会場：札の辻クロスホール 静岡市葵区呉服町1-30
札の辻クロス6階（伊勢丹向かい）

定員：50名

参加費：無料

●申し込み方法

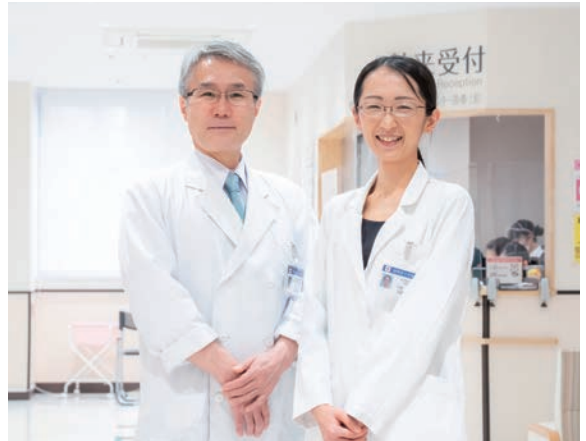
申し込みフォームまたはお電話にてお申し込みください
・申し込みフォーム URL
<https://forms.gle/17z7qbJgXW17Gzd87>
(右記 QR コードからもアクセスできます)

初の夕方開催！
お仕事の帰りにお気軽にどうぞ



●問い合わせ

静岡赤十字病院 薬剤部 杉上・与語 ☎054-254-4311(代)
E-mail chiken-srhpp@shizuoka-med.jrc.or.jp



左より 頭痛センターセンター長／脳神経内科部長 今井昇
同センタースタッフ／医師 守屋麻美

※JPAC（頭痛医療を促進する患者と医療従事者の会）

日本頭痛学会の主催事業。患者の会にとどまらず、患者と医師・医療スタッフとの連携が必要と考え、より良い頭痛医療の必要性を社会の多くの皆さんに知っていただくこと、また行政にもさらに理解を深めていただくことを願い、様々な活動を行っています。

INFORMATION インフォメーション

患者さんの不安や苦痛を軽減

「耳鳴り外来」を開設しました

2023年9月より耳鼻咽喉科にて「耳鳴り外来」を開設しました。耳鳴りとは、周囲に何も音が鳴っていないのに、耳の中で雑音が聞こえる状態のこと。症状や苦痛の程度は人それぞれですが、自覚的な症状であるために他人にはわかりにくく、人知れず悩んでいる方も多くいらっしゃいます。耳鳴りそのものを止めるのは難しいのですが、カウンセリングなどの心理治療が精神面でのストレスを軽減し、不安や苦痛を取り除けることもあります。当院耳鳴り外来では一般的な耳鼻咽喉科疾患はもちろん、精神的尺度からも診察します。

県内でも耳鳴りを専門とする施設は決して多くはありません。受診を希望される場合は、かかりつけ医にご相談の上、紹介状をお持ちいただき受診ください。



[担当診療科] 耳鼻咽喉科

[担当医] 耳鼻咽喉科部長 川崎泰士

[診察時間] 毎週金曜 午後

暮らしに役立つ情報をおとどけ

しずおかクロス NAVI

がん患者サロン 「クロスカフェ」再開しました

新型コロナウイルス感染症蔓延のため開催を見合わせていたがん患者サロン「クロスカフェ」の開催を、2023年8月より再開しています。

「クロスカフェ」とは、すべてのがん種の患者さんとそのご家族を対象とした、気軽なおしゃべりや交流を楽しむサロンです。病気に対する思いや生活する中での悩み、経験などを話すことで気持ちが軽くなることがあります。事前申し込み不要、当日の途中入退室も自由です。ぜひ気軽に話しに来てみませんか。



日時：毎月第1水曜 14:00～16:00

場所：2号館1階 がん相談支援センター（売店裏側、レストラン向かい）

問い合わせ：静岡赤十字病院 がん相談支援センター

☎054-254-4311(代)

※新型コロナウイルス感染拡大があった場合は、状況に応じてお休みする場合があります。