

東松島市医師団リレートーク 第19回

～医療現場のドクターからのメッセージ～



今回のリレートークは、野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科 藤野浩太郎院長からお話を伺いました。藤野浩太郎院長の祖父である藤野隆雄氏が開院した藤野内科・整形外科医院が震災により全壊。医療の空白地となってしまった野蒜地区の皆さんのため、野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科として今年5月に開院しました。今回は、関節リウマチやスポーツ外傷・障害についてお話を伺いました。



野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科

藤野 浩太郎院長

■診療科 整形外科、リハビリテーション科

○外来診療

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:45～12:00	○	○	○	○	○	○
14:00～17:45	○	○	○	○	○	○

○通所リハビリ

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:45～12:00	○	○	○	○	○	○
14:00～17:45	○	○	○	○	○	○

※日曜日は休診となります。



東松島市野蒜ヶ丘3丁目29-5

藤野先生からの健康基礎クイズ

(○×で解答)

- Q1: 関節リウマチは女性よりも男性に多い病気だ。
 Q2: 関節リウマチは治りづらい病気だが、投薬で痛みを和らげたり進行を抑えることができる。
 Q3: 子どもは治りが早いので、怪我や違和感があっても受診しなくてよい。

大前先生からの健康基礎クイズの正解は

1. 医者の診察に疑問があった場合、率直に尋ねた方がよい→○
2. テレビなどの情報を鵜呑みにせず、調子のよくなるころは医者に知らせるべきだ→○
3. ここ1か月間、身体に違和感を感じているが、我慢できないほどではないため病院を受診する必要はない→×

正解者には抽選で※ゆびと利用券3枚セットを3人の方にプレゼントします。応募方法については下記を参照のうえ「健康基礎クイズプレゼント係」と明記ください。締め切りは11月30日(金)当日の消印有効です。

※健康基礎クイズには株式会社コスモスポーツから協賛をいただいています。今後も健康に関する重要情報をクイズ方式で出し、知識の定着を促します。また、協賛企業の募集は随時行っていますので、問い合わせは下記までお願いします。

「健康基礎クイズ」の答えを記入のうえ、はがき、ファックス、電子メールで下記に提出してください。
 ■住所 東松島市矢本字上河戸36-1
 東松島市保健福祉部健康推進課宛
 ☎ 0225-82-1244
 ✉ kenko@city.higashimatsushima.miyagi.jp

■関節リウマチ

手指の痛みを訴えて当院を受診され、検査の結果、関節リウマチの治療を開始した患者さんも存在します。

関節リウマチは、免疫の働きに異常が生じて起こると考えられています。免疫は、外部から体内に侵入してきた細菌やウイルスなどを攻撃して破壊し、排除する働きを担っています。しかし、免疫の異常で、誤って自分自身の細胞や組織を攻撃してしまうことで炎症が起こり、関節の腫れや痛みが現れてきます。その炎症が続くと、関節の周囲の滑膜が腫れ上がり、さらに炎症が悪化して、骨や軟骨を破壊してきます。

発症する方の年代は40～50代に多く、男性より女性が3～4倍多いとされています。その理由はまだ不明ですが、女性ホルモンの影響や、免疫の仕組みの違いなどが関係していると考えられています。40～50代の女性という、主婦の方も多く、当院を受診される患者様でも、「朝の家事」の際に違和感を覚える方が大半と

なっています。

この違和感というのは、関節リウマチの特徴のひとつである、「朝のこわばり」に当てはまるのです。そのほかの特徴として「腫れた箇所が痛みがある」、「全身の3か所以上の関節に痛みがある」などがあります。いずれの症状も「1週間以上」続いたら、受診されることをお勧めします。

関節リウマチは完治しにくい病気ですが、ある程度コントロールできます。当院においても、ステロイド薬や非ステロイドの抗炎症薬で、痛みなどの症状を抑えるための薬剤を使用します。症状が落ち着いてきた段階で、使用量を減らしていくなど、症状や病気の進行を慎重に判断しながら治療をしていきます。

リウマチの治療には長い期間を要します。根気よく治療を続けていくことが大切になります。

■スポーツ外傷・障害

スポーツ外傷(怪我)には、1回の強い外力で生じる骨折や捻挫、靭帯損傷などがあります。適切な治療を行うこと

で早期のスポーツ復帰が可能となります。たかが捻挫などと考えず、治療を行いましょう。

また、スポーツ障害とは、比較的弱い力が同一部位に繰り返し加えられることによって生じる怪我です。特に成長期のお子さんに多く、野球肘や膝前部痛、腰痛、疲労骨折などが挙げられます。お子さんは、多少痛みがあっても練習をし、最終的に悲惨な状態にならず、初めて受診する事も多いです。練習は、年齢によって適切な運動強度があり、それを超えた練習内容は、ただ身体を壊すだけです。どこかに違和感が生じれば、それはスポーツ障害の一手前です。特に靭帯や軟骨などはその影響を受けやすく、当院では超音波検査やMRI検査などで早期発見を目指しています。またスポーツ障害になった患者様は、運動器リハビリが特に効果的です。

当院では、地域医療の一環として、スポーツ外傷・障害をなくすことも目標としています。ぜひ、気軽に問い合わせや受診して頂ければと思います。

■地域に根差し気軽に訪れられる医療機関に

半世紀以上に、祖父藤野隆雄が当地での医院開業以来、以下の5点をモットーに、地域に密着した医院を目指しております。規模は小さいですが、入院設備もあり、大病院では成しがたい利点も多々あります。

- ① 患者さんの要望に可能な限りお答えしており、お気軽に受診して頂けます。
- ② 医師や看護師とのコミュニケーションが取りやすい病院です。
- ③ レントゲン、CT、超音波などの検査結果がすぐにその場で診断できます。
- ④ 日常的な外傷(怪我)や変形疾患など(変形性膝関節症など)の広範囲の疾患に対応可能であり、矢本の藤野整形外科との連携で迅速な手術やリハビリも行っています。
- ⑤ 送迎バスを運行しており、交通手段の心配はありません。

健康推進課健康支援班
☎ 内線3101