



ふれあい

成田日赤に関わる方々との“ふれあい”を大切に。



- 中高年の膝の痛み 2
- 公開健康講座のご案内 5
- あなたのかかりつけ医 6

変形性膝関節症の治療法をわかりやすく解説

膝の痛みを抱えてませんか？

膝関節は人間の体で最大の関節です。歩行では体重の3倍、階段では5倍の負荷がかかります。膝の痛みの原因はさまざまですが、中高年の方は変形性膝関節症で悩みを抱えている方も多いのではないのでしょうか。変形性膝関節症とは、関節の軟骨がすり減り、痛みを起す疾患です。その原因は遺伝的要因や環境的要因などさまざまですが、①疼痛、②腫れ、③変形、④動きの制限などの症状が見られます。変形性膝関節症の治療は大きく分けて、保存療法と手術療法に分けられます。順を追って見ていきましょう。



正常



変形性膝関節症

私たちがナビゲーターを務めます

担当科/整形外科

ふかわ たいすけ
府川 泰輔 先生

富里市出身、成田高校卒業です。生まれ育った地元の皆さんの健康を守ることで地域に貢献したいと思い、日々診療しています。

ほし ひろこ
星 裕子 先生

東京都出身です。患者さんが膝の痛みから解放されて元気になってほしいという思いで診療しています。



保存療法

保存療法とは、体重コントロール(減量)や装具(サポーター等)によって膝への負担を減らしたり、薬によって痛みや炎症を抑える治療法です。また、リハビリテーション(運動)によって痛みを軽減し変形の進行を予防する方法もあります。

- 生活指導(体重コントロール)
- 装具(サポーターなど)
- 薬(内服、注射)
- リハビリテーション(運動)

ワンポイント
アドバイス

Q サプリメントは効果がある？

A サプリメントの効果は医学的に全く実証されておらず、病院では処方していません。

Q 水を抜くと癖になる？

A 水がたまる原因は炎症を起こしているためです。癖にはなりません。



まだまだありますこんな治療法)))

PRP治療(Platelet-Rich Plasma多血小板血漿)

PRP治療は自分の血液(血小板)を使った再生医療^(※1)で、組織の修復作用や細胞を増殖する効果があります。

採血した血液を遠心分離し、約1mlを患部に注射します。作製時間は約10分程度です。副作用や日常生活の制限などは基本的にありません。但し、注射後2、3日間は激しい運動をお控えください。PRP注射の効果や注射の回数については患者さんごとに異なります。

(※1)再生療法とは、「細胞の力」を使って失った機能を取り戻す医療です。

こんな症状の人が
PRP治療に適しています

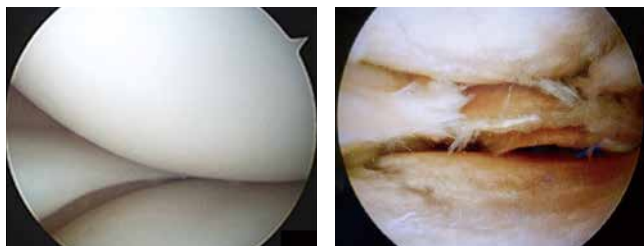
手術療法

代表的な変形性膝関節症の手術療法は、
①関節鏡手術、②骨切り術、③人工関節置換術(UKA、TKA)があります。

①関節鏡手術

関節鏡手術とは、膝の関節の中に小さな内視鏡を入れ、関節内のゴミ(骨や軟骨のかげら)や、バサバサになった半月板や骨棘(こつきょく=骨のトゲ)などを取り除く手術です。

メリットは体への負担や痛みが少なく、早期の回復が見込めます。デメリットは、根本的な治療ではなく、あくまでも関節内のゴミを取り除く手術なので十分な効果が得られない場合や、すぐに症状が再発する場合があります。



正常

変形性膝関節症

Q 什么样的人が関節鏡手術をするの？

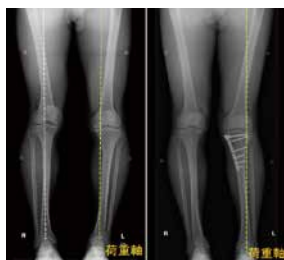
- 膝の中のゴミや切れた半月板が引っかかって痛む人
- 軟骨はそこまですり減っていない人
- 膝関節の炎症が強い人

②骨切り術

骨切り術(HTO)とは、膝関節近くで脛骨(けいこつ=すねの骨)の骨切りを行い、O脚を矯正し、まだ軟骨の状態の良い外側関節に荷重を移行し、症状を改善する手術法です。

メリットは自分の骨と関節が残る点です。骨癒合後は活動の制限もなく、好きなだけスポーツをしていただいて構いません。また、O脚が治り、ややX脚となります。加えて、膝の中はほぼ触らない手術ですので、もともと膝の曲げ伸ばしに問題のない方は術後も影響がありません。

デメリットは術後すぐには全体重をかけられない点、骨癒合後までに時間がかかる点、骨癒合後に金属プレートを抜く手術がある点などです。(金属が体内に残らない点はメリットです)



【左】術前。内側の関節に荷重がかかっている。【右】骨切り術後。荷重が外側に移行した。

Q 什么样的人が骨切り術をするの？

- 若い人(活動性の高い人)、今後もスポーツをやりたい人
- O脚の人
- 軽度~中等度の変形性膝関節症の人
- もともと膝の曲げ伸ばしがしっかりできる人

③人工関節置換術

人工膝関節単置換術(UKA)は、内側か外側のいずれか片側だけを人工関節に置き換えるのに対し、人工膝関節全置換術(TKA)は、膝全体(内側と外側両方とも)を人工関節に置き換える手術です。

人工関節のメリットは手術翌日から立って歩くことができます。また、悪いところが人工関節に置き換わるので痛みが取れます。更に、人工膝関節全置換術(TKA)では、膝がまっすぐになります。以前は大手術と言われていましたが、当院では1時間から1.5時間で終了する手術です。(一般的には2~3時間)

片側の場合では輸血はほとんど必要ありません。術中に膝の中に痛み止めを注射するため、翌日まで全く痛みのない方もいます。デメリットは、術後曲げ伸ばしが硬くなる可能性がある点、人工関節がすり減ったり、ゆるんだり、ばい菌が入ると入れ替えが必要になる点です。一般的に15~20年もちますが、若い方や体重の多い方は短期で入れ替える場合もあります。



人工関節単置換術(UKA)



人工関節全置換術(TKA)

Q 手術した後のスポーツは？

できるスポーツ

- ゴルフ
- ゲートボール
- 水泳
- ダンス

できないスポーツ

- ジョギング
- テニス
- サッカー
- バレーボール

Q 什么样的人が人工関節置換術をするの？

- 変形し始めている人
- 膝の動きが悪くなってきた人
- 60歳以上の人
- 日常生活に支障がある人

まとめ

保存治療で痛みが続くときは手術も検討！

我慢をしないで病院受診を！



当院の医師が鋭く解説！



当院の医師が出演し、さまざまな病気の治療法をわかりやすく解説する健康番組「健康ゼミプラス」が、成田ケーブルテレビで絶賛放映中。“あなたの知識に健康にまつわるアレコレをプラス”のキャッチコピーのもと、健康に関する

さまざまな情報を提供しています。ご覧いただき、日々の生活にお役立てください。

放送局/成田ケーブルテレビ

放送時間/8時30分~・16時30分~(1日2回毎日放送)



DPC特定病院群指定

大学病院本院に準じた機能を有すると認められました

2022年4月、当院は厚生労働省よりDPC*特定病院群に指定されました。

DPC特定病院群とは、下記の4項目の実績を評価し、大学病院本院に準じた診療実績を有すると評価された医療機関です。

- ▶ 診療密度
- ▶ 医師研修の実施
- ▶ 高度な医療技術の実施
- ▶ 重症患者に対する診療の実施

※DPCとは…医療資源を最も投入した傷病名や手術、処置等の診療行為の組み合わせに基づき医療費を計算する定額払いの会計方式。

病院群による分類

DPC対象病院は診療実績に応じて厚生労働省により、下記3つの医療機関群に分類されています。

1.大学病院本院群

2.特定病院群(当院)

大学病院本院群以外の医療機関で、大学病院本院に準じた診療密度と一定の機能を有すると考えられる医療機関

3.標準病院群

大学病院本院群、特定病院群以外のDPC対象病院

今後も、地域の医療機関と連携を図りながら、安全かつ高度で質の高い医療の提供に努めてまいります。



磁気共鳴断層撮影装置(MRI装置)を更新

診断の精度や検査の効率を高めます

当院は磁気共鳴断層撮影装置(MRI装置)を2台設置しておりますが、この度うち1台を更新整備いたしました。

この度導入したMRI装置(フィリップス製 Ingenia 1.5TCX)は、更新前の機器に比べ画質が向上しながらも撮影時間の短縮を図ることができるため、検査までの待機期間の短縮が期待されます。

これにより、患者さんの迅速な診療につながり、同時に緊急の検査にも対応できるようになりました。



呼吸器内科 診療再開

呼吸器疾患を幅広く診療

2022年4月より呼吸器内科の診療を再開しました。

地域の医療機関の皆さまと連携を保ちながら、一次医療から高度医療まですべての呼吸器疾患に対応します。

また、気管支喘息・COPD・肺炎などの頻度の高い疾患、肺がんが疑われる方、呼吸管理を必要とする急性・慢性呼吸不全、間質性肺炎や肺高血圧症などの難病、睡眠時無呼吸症候群、難治性咳嗽、胸部異常陰影など幅広い領域を担当します。

丁寧で安心できる医療を提供し、地域の皆さまに信頼される診療科であるよう心掛けてまいります。



呼吸器内科 部長
寺田 二郎

75 Anniversary

おかげさまで開院75周年

昭和23年に元海軍病院である日本医療団成田地方病院から移管され、成田赤十字病院となり、令和5年2月1日をもって75周年を迎えます。

今後も地域の皆さまに必要・信頼・期待される病院となるよう努めてまいります。



現在の場所に全面移転した昭和29年当時の当院



災害現場で救護活動を行う医療チーム任命式 医療従事者としての責務を胸に

日本赤十字社は、災害時に備えて赤十字病院の医師、看護師などを中心に編成される救護班を全国で486班(4,505人)編成しています。(令和3年3月31日現在)

当院における救護班は医師1人、看護師長1人、看護師2人、薬剤師1人、事務2名の7人を1班とし、これまでさまざまな災害現場に派遣され、医療救護活動を行ってきました。

4月14日(木)、救護班12班、災害派遣医療チームDMATなど計162名に任命書が交付されました。

任命された救護員に対し日本赤十字社千葉県支部の込山事務局長から「災害現場の第一線で活動していただくことになるのでよろしくお願いします」との激励の言葉がありました。

それを受け、救護班代表の古川医師から「災害時における迅速かつ適切な活動ができるよう鋭意努力したい」との決意表明がありました。



デジタルサイネージを設置 待ち時間の安らぎを演出

1階のエントランスにデジタルサイネージを設置しました。当院と連携している医療機関の情報や周辺地図、各種お知らせなどをご覧ください。

待ち時間などにご覧ください。



公開健康講座のご案内

公開健康講座は当院の医師や看護師などが講師となり、地域の皆さまを対象に開催しています。

現在は新型コロナウイルス感染症対策として、定員を収容人数の50%程度とし、来場者の体温測定

や手指消毒、会場内のこまめな換気などを行い開催しています。

来場またはオンラインで参加できます。くわしくはホームページをご確認ください。

今後のスケジュール

開催日時	テーマ	講師	会場
令和4年6月25日(土) 14:00～15:30	慢性便秘症	消化器内科 部長 鹿島 励	赤坂ふれあいセンター
令和4年7月23日(土) 14:00～15:30	認知症	脳神経内科 部長 吉川 由利子	赤坂ふれあいセンター
令和4年8月27日(土) 14:00～15:30	リウマチ	リウマチ・アレルギー内科 部長 平栗 雅樹	成田赤十字病院
令和4年9月17日(土) 14:00～15:30	緑内障・白内障	眼科 部長 白戸 勝	赤坂ふれあいセンター

※テーマは変更になる場合があります。

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により、講演中止やオンライン開催のみに変更となる場合があります。

【公開健康講座】

[お問い合わせ]成田赤十字病院社会課

TEL 0476-22-2311(内線:7508/7502)

受付時間:平日9:00～12:00/13:00～16:30



ホームページ

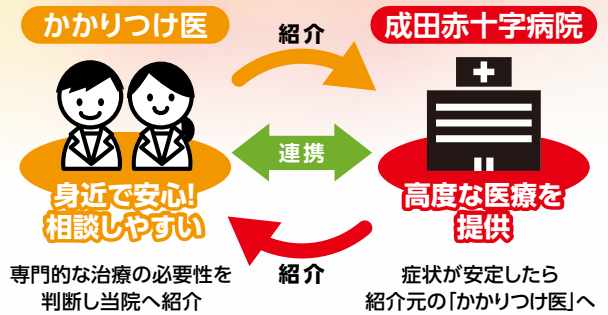
お持ちですか？

地域医療連携

あなたのかかりつけ医

当院では、適切かつ高度な医療サービスを患者さんに提供するために「かかりつけ医」(地域の開業医)と連携しています。身近で安心な、相談しやすい「かかりつけ医」をもちましょう。

※当院では、内科、外科、眼科、耳鼻咽喉科、皮膚科、泌尿器科、脳神経内科、歯科・口腔外科、整形外科、緩和診療科の初診は、紹介状をお持ちの患者さんのみとなります。



黄内科

当院は糖尿病・合併症などの生活習慣病の治療を専門とする診療所です。これら疾患の知識と治療を正しく理解し、実践できることをモットーとしています。糖尿病診療にスタッフが一丸となって取り組んでいます。看護師による問診・療養指導と管理栄養士による栄養相談(予約制)を行っています。糖尿病教室も毎月3回行っています(現在はコロナ禍のため休止中)。電子カルテとデータベースを活用して、検査経過一覧やグラフ等を表示し、患者さん

が自分の状態を把握しやすいよう各種工夫をしています。

【3つの診療目標】

- 1) より良い診療
- 2) より分かりやすい診療内容
- 3) より効率よく、より待ち時間の短縮

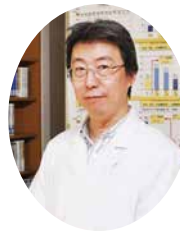


診療メモ
〒286-0041 千葉県成田市飯田町136-42
TEL 0476-20-6661

診療科目 内科一般
専門科目 糖尿病・脂質異常症(高脂血症)・
高血圧症などの生活習慣病全域

診療時間 8:30~11:30(土曜12:30)
14:00~17:00(月曜19:30)

休診日 水曜、土曜午後、日曜、祝日



黄重毅 院長

たちばなクリニック

当院は平成21年11月に公津の杜駅近くに開業し、13年目になります。成田赤十字病院には手術や詳しい検査、点滴治療が必要な症例等を多数紹介させていただいており、耳鼻咽喉科をはじめ職員の方々に大変お世話になっています。現在、諸事情により診療内容を制限させていただいており、患者さんの症状によっては診察ができず、ご不便をおかけする場合がございます。夏ごろまでには通常どおり診療を行えるよう努力してまいります。

今後もCTやレーザーなどの機器を備え最善の診療に当たってまいりますので、皆さまどうぞよろしくお願いいたします。



橋昌利 院長

診療メモ
〒286-0048 千葉県成田市公津の杜2-21-1
TEL 0476-85-6733

診療科目 耳鼻咽喉科

診療時間 午前8:40~12:00
午後14:40~18:00
土曜午後14:40~17:00

休診日 水曜、木曜午後、日曜、祝日



成田赤十字病院基本理念

赤十字の基本理念に基づき、患者さんの権利と医療人としての倫理を守り、医療の質の向上と患者さん中心の「こころあたたかい医療」の実践に努めます。

成田赤十字病院 広報誌 ふれあい 2022年6月号

〒286-8523 千葉県成田市飯田町90-1

TEL.0476-22-2311(代) <https://www.narita.jrc.or.jp/>



成田赤十字病院基本方針

1. 地域の皆様から信頼される病院を目指します。
2. 救急医療の充実、安全でより高度な医療の提供に努めます。
3. 地域の医療・福祉との連携強化に努めます。
4. 国内外の医療救援活動に積極的に参加します。
5. 健全な経営と働きがいのある病院を目指します。
6. 赤十字病院グループの一員として赤十字活動の普及に努めます。