

さずな

2016年
9月号
vol.355



特集

気胸

- 新病棟探検シリーズ
- 下肢の外傷疾患
- 私たち〇〇同好会

North Alps Medical Center Azumi Hospital



北アルプス医療センター
あづみ病院

第66回 JA 長野厚生連体育大会開会式

気胸

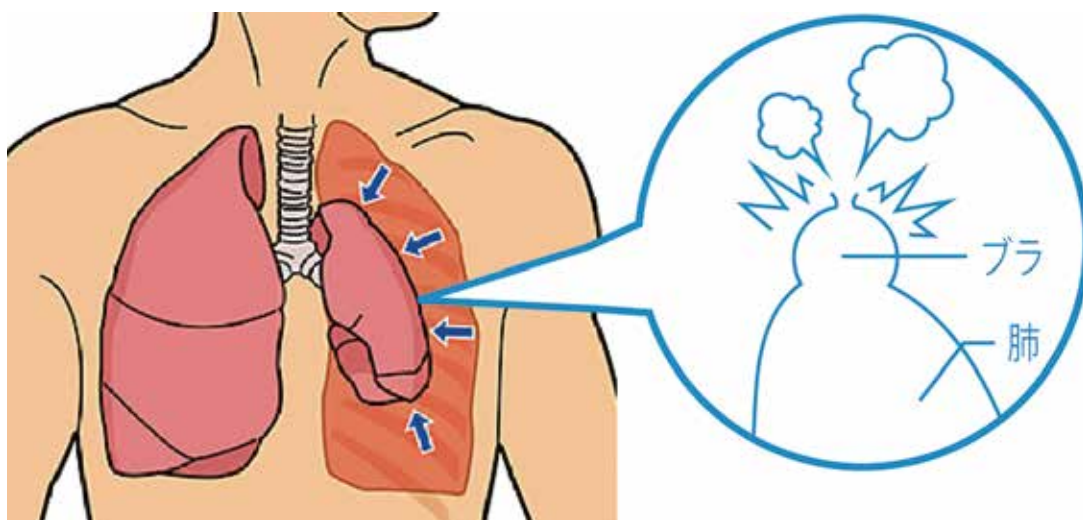


図 1

北アルプス医療センターあづみ病院
呼吸器外科部長

蔵井^{くらい}
誠

気胸とはどんな病気か

気胸とは肺から空気がもれて、胸腔にたまっていく状態をいいます（図1）。空気が漏れてたまったも、胸は肋骨があるため風船のように外側へ膨らむことはできません。その代わり、肺が空気に押されてしぼんでしまうのです。つまり、肺から空気がもれて、肺がしぼんでしまった状態が気胸なのです。

気胸には、自然気胸、月経随伴性気胸、外傷性気胸などがあります。今回は、大部分を占める自然気胸についてお話させていただきます。

自然気胸は、運動をしているときに起こすとか、交通事故やナイフで刺されたというような明らかな理由もなく発生する（自然に起きた）ので、そう

呼ばれます。原因は、肺表面を覆う胸膜の一部が変性して薄い袋状の組織（ブラといいます）になり、そこに穴が開いて発症します。このようなブラがどうしてできるのかについては確定した説はありません。

発症年齢は10歳台後半から20歳代前半に多く、やせて胸の薄い（細身でヒョロとした）体型の男性に多く発生します。若いアイドルが気胸になったニュースをきいたことがあると思います。このことからちまたでは、別名、イケメン病ともいわれています。

症状は胸痛、呼吸困難、咳があります。稀に空気が大量に漏れて、心臓を圧迫してしまい、ショックになることもあり、緊張性気胸といわれています。今回は、若者に多い自然気胸の話でし

たが、高齢者に多い、長期間の喫煙が原因で生じる肺気腫に発生する気胸（続発性気胸といいますが）では、重症化しやすく、緊張性気胸になりやすいので注意が必要です。

気胸が疑われたら

前記の症状を認めた場合は、自然気胸の疑いがあるので、最寄りの病院を受診し、レントゲン写真を撮影してください。胸部X線で図2のように肺の虚脱が確認されれば、診断が確定します。続いて精査のため胸部CTを行うこともあります。



図2

治療の方法

肺の虚脱が軽度の場合には、安静により様子をみます。安静でも改善しない場合や肺の虚脱が高度であれば、持続脱気が必要です。持続脱気とは、図3のように肋骨と肋骨の間から細いチューブ（ドレーンといいます）を胸腔内に挿入し、器械で肺からもれた空気を体外に引き出す方法です。肺が元どおりに膨張すれば、空気のもれがなくなことを確認後、チューブを抜き去ります。ただ、この治療法のみでは、以降の再発率は、20～50%といわれています。このため再発を繰り返す場合や持続脱気を行っても肺の再膨張が得られない場合は、通常、手術が行われます。手術は全身麻酔のもと胸腔鏡下手術（胸に2cmほどの切開を3ヶ所行い、ここから照明付きカメラ（胸腔鏡）、手術器具等を挿入し、原因のブーラを切除し、吸収性シートで胸膜を被覆補強してきます）を行います。入院

期間は数日で済み、術後の気胸の再発率は数%です。

まとめ

背が高く、やせた若い男性が、突然の胸痛、咳、呼吸困難を感じたら、まず自然気胸を疑います。予後は良好ですので、あわてずに呼吸器外科を受診してください。しかし、呼吸困難が次第に増強する場合は、より高度な気胸や緊張性気胸を来している可能性があるため、早めの受診が重要です。

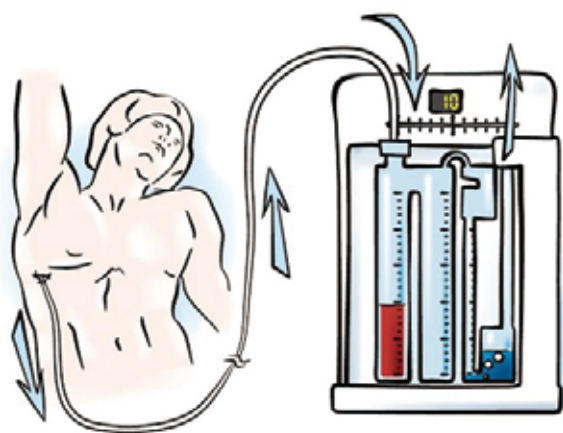


図3



新病棟探検シリーズ

人工透析室

本館完成に伴い、人工透析室も2階に移転しました。

透析室の規模は旧透析室と変わりなく、透析ベットは25床（1床個室）
現在60数名の血液透析患者と3名の腹膜透析患者が池田町と松川村を
はじめ近在の市町村から通院しています。

新しい透析室は、ベット配置が2列の奥行の長い長方形の治療室で、
いままでと同様に透析療法を行っています。

建築デザインが一新、モダンな雰囲気
の透析室となりました。

病院玄関、レントゲン室や心電図
室が近くなり、患者さんの通院や検査
時の移動の負担が軽減しました。

当施設は、腎臓の専門医が腎不全
期から透析を導入し1日おきに通う
維持透析へとつなぐこと、腎生検、
血液透析用シャント血管設置手術、
シャントPTA（経皮的血管拡張術）



血管の管理など総合的治療を行っています。

近年はただ透析治療を行うだけでなく、合併症予防や筋力低下、運動機能低下の予防を目的とした腎臓リハビリテーションが注目されています。透析治療中の状況に応じて、個人に合わせた運動を取り入れるようになりました。

また全国の透析患者調査の動向では、2012年頃から糖尿病腎症が原因である患者の数が、全体の3割を超えてトップとなったことを受け、

行政が糖尿病患者の腎機能悪化予防事業を推進しており、当院の内科外来でも予防診療に力を入れています。

腎臓や透析に関してご質問やご心配な方はお問い合わせ下さい。



下肢の外傷疾患

北アルプス医療センターあづみ病院
整形外科医長

狩野 修治

前回の第6回では膝のスポーツ外傷として多い前十字靱帯損傷について紹介しましたが、第7回では膝のスポーツ外傷において前十字靱帯損傷と同様に多い内側側副靱帯損傷について紹介します。

■内側側副靱帯とは

内側側副靱帯は膝関節の内側、関節外に存在し、膝関節の外反に対する（内側がひらかないようにする）制御機構として存在しています。

■受傷起点

内側側副靱帯は膝関節が外反強制されることにより損傷・断裂します。ラグビーやアメリカンフットボールなどのタックルや柔道などで膝が直接外反強制され損傷する接触型損傷と、サッカー・バスケットボール・ハンドボール・スキーなどといった競技での着地・ターン・ストップ動作の際の膝外反“Knee In”といわれる状態で損傷する非接触性損傷があります。

■症状

主に膝内側に強い疼痛が出現します。外反強制されることにより膝内側痛が出現、もしくは増強します。受傷部位の疼痛がつよいため、ほかの部位（前十字靱帯や半月板）にも損傷がある複合損傷を見逃すことがあり注意が必要となります。

また、内側側副靱帯は関節外に存在しているため、膝関節内血腫による腫脹は認めない、もしくは腫脹があっても軽度な場合が多いとされます。（膝関節内に血腫を認め

た場合は前十字靱帯損傷や半月板損傷、骨折などほかの部位の損傷が合併している可能性を疑います。）

■画像検査

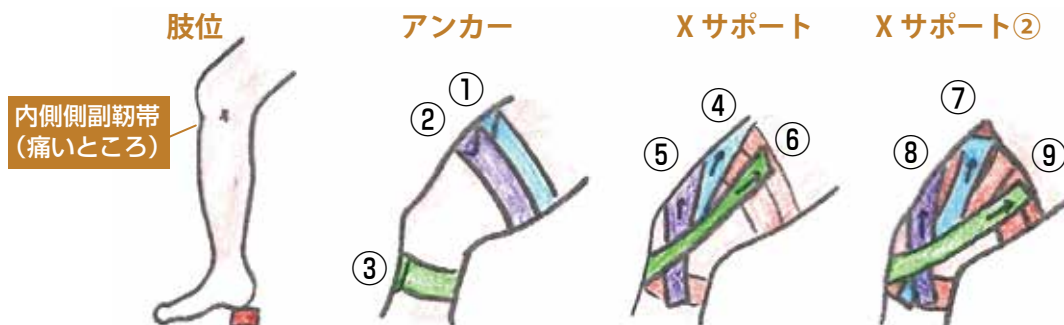
内側側副靱帯の画像検査にはMRI検査が必要になります。MRIは前十字靱帯・半月板損傷などの合併損傷の診断にも有用になります。さらには外反ストレス下での単純レントゲン写真で膝の不安定性を調べる必要になります。膝の不安定性を確認することにより1度から3度に分類されます。

■治療方法

内側側副靱帯の損傷がひどく、膝の外反不安定性をみとめる3度の損傷であっても保存治療で治癒することが多いとされます。受傷直後は内外側に金属の支柱がはいったような膝装具などを使用して疼痛を和らげます。疼痛にあわせて可動域訓練や大腿四頭筋の筋力トレーニングを開始していきます。症状に応じて徐々にスポーツにも復帰していくことになりますので外来で相談していきましょう。

また前述のとおり、ほかに手術治療が必要な合併損傷が存在している可能性がありますので、外来で精査を行った上での治療の相談が必要となります。

テーピング方法



私たち○○同好会

当院の労働組合には、運動部や文化部など様々な部があり、活発に活動しています。

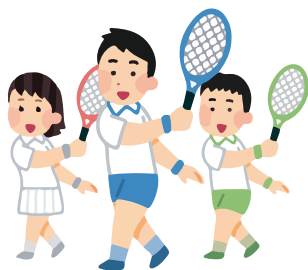
運動や文化を通じて職員間のコミュニケーションの向上や地域との繋がりを深めることができるよう活動しています。今回はテニス同好会の活動を紹介いたします。

テニス同好会

村井 貴

テニス(英: tennis)は二人または二組のプレイヤーがネット越しにラケットでボールを打ち合う球技である。オリンピックやパラリンピックで採用されている競技であり、年齢性別、身体的個性を問わず広く親しまれている。9月23日(秋分の日)が「テニスの日」に制定されている(ウィキペディアより)。

昨今のテニスブームに乗っかり、今年度よりテニス同好会が発足(復活)しました。純粹にテニスをしたい、爽やかな汗をかきたい、運動不足を解消したい、メタボを何とかしたい、異性と仲良くなりしたいなどが発足の理由です。ぜひテニスの日に一緒にテニスをしませんか(笑)?



まだまだ始まったばかりですが、メンバーにはテニススクールの通っている者もあり、本格的な指導も受けられます。初心者から本格的にテニスをやりたい人まで健全なサークル

活動を通して、職員の交流も図っていただくと考えています。今後は院内での大会の開催や、地域の大会にも出られるよう練習を重ね、長く続く同好会にしていきたいと思っています。

テニスは爽やかなスポーツというイメージがあると思いますが、実は非常にハードなスポーツです。テニスを行った翌日、全身筋肉痛となり動けなくなることも。手すりがないと階段を上がれなかったり、サーブの打ち過ぎで肩が上がらなったり(ただの運動不足ですが・・・)。けがをして仕事に支障がないように注意していきたいと思っています。

テニスといえば、テニス肘という言葉を知ったことがありますか?

テニスをやりすぎるとテニス肘(上腕骨外側上顆炎)と言って肘の外側が痛くなる場合があります。これは片手バックハンドの影響で肘に負担がかかるためです。当院では上肢専門の整形外科医、リハビリスタッフがいるため、万が一痛くなってもしっかり診てもらえます。現在ではテニス肘は、テニスよりも日常生活や仕事で発症しやすいため、心配な点があればぜひ当院を受診してください。

三溝恭平

今年の4月からあづみ病院で働かせてもらい、早5ヶ月が経とうとしています。まだまだわからないことが多いですが、ようやくチームの一員として動けるようになってきたと感じています。現在私は手術室に勤務しており、優しい先輩スタッフや先生方に囲まれて、適度な緊張感をもって働かせていただいています。入職した時は、手術室という全くの未経験の分野だったので不安でしたが、先輩スタッフが優しく、時に厳しく指導して下さい、患者さんが安心して手術を受けられるよう日々勉強しています。今では新しいことを覚えていくのが楽しみになってくるようになりました。これからもどんどん新しいことを覚えていき、一人前の手術室メンバーになりたいと思います。

ひとりごと



卵たっぷりのキッシュ。作り方は簡単ですが見立目はおしゃれな仕上がりです。キノコの種類はなんでもOK、人参や赤パプリカを加えると彩りもアップします。

きのこほうれん草のキッシュ

材料(グラタン皿2皿分)

しめじ	100g	塩こしょう	少々
まいたけ	100g	とろけるチーズ	50g
ほうれん草	1/2束	卵	2個
ベーコン	3枚	牛乳	200cc
サラダ油	大サジ1	塩こしょう	少々

作り方

- ① オーブンを200℃に予熱しておく。
- ② しめじ、まいたけは石づきを落としほぐす。ほうれん草は下ゆでして2cmの長さに切る。ベーコンは1cm幅に切る。
- ③ ★の材料をボールに入れ、混ぜあわせておく。
- ④ フライパンを火にかけ油をひき、しめじ、まいたけ、ほうれん草を炒め、塩こしょうで下味をつけておく。
- ⑤ ④とベーコンをグラタン皿に入れて、3を流し入れる。上にチーズをのせて、200℃で20分焼く。



栄養素量(一人分)

エネルギー	403Kcal
たんぱく質	20.8g
塩分	1.4g
食物繊維	4.7g

●調理師 滝沢 由季

北アルプス医療センター あづみ病院
休診日のお知らせ
(赤字の日が全科休診日です)

2016 9月 September						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

2016 10月 October						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24 31	25	26	27	28	29

お知らせ

休日緊急当番医

- ・9/11(日)
本院 内科・外科
- ・9/19(月)
白馬診療所



新コーナー「宝の箱」



よりよい病院になるために、患者さんからいただいたご意見の一部を紹介いたします。

ご意見・ご要望	お返事
大部屋のテレビですが、イヤホンにしてください。他の患者さんがボリュームを大きくして聞いているので音が漏れ不快でした。	今回導入したテレビは、枕元に置いたりリモコンから音が出るもので、イヤホンを使用せず聞くことができます。導入後、患者さんから耳が痛くないので良い、という声をいただきました。しかし、ご意見のように他の患者さんに聞こえる程音量を上げて聞かれている方もいらっしゃいます。音量レベル24以上をご希望の方は、今まで通りイヤホンをご使用ください。ご協力をお願いいたします。(看護部長室)

臨時ニュース！！

7月30・31日と長野市にて行われました第66回JA長野厚生連体育大会において、当院運動部が輝かしい成績をおさめましたので、皆様にご報告させていただきます。

- 男子卓球部……………優 勝
- 野球部……………準優勝
- 女子排球部……………準優勝



上記3種目にて、いずれもあづみ病院の歴史上初の快挙となりました。これを機に、仕事面においてもさらに向上心を持って取り組み、より安心で安全な医療が提供できるよう努力してまいりたいと思いますので、今後ともよろしくお願いいたします。

編集後記

オリンピックの閉幕とともに、暑かった夏も終わりをむかえこれから少しずつ秋の気配を感じる今日この頃。季節の変わり目は体調を崩しやすいものです。体調には充分注意していただき、元気に秋をむかえましょう。

(C.N)

北アルプス医療センター
あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をとおし、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、平等で親切、安全な医療・福祉サービスを提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころの健康を支える、やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな地域づくりに貢献します。

患者さんの権利と責任

『患者さんの権利』

- ① 最善で安全な医療を平等かつ公平に受ける権利
患者さんは、疾病の種類、社会的立場等に関わらず、良質で安全な医療を、平等かつ公平に受ける権利があります。
- ② 個人として尊重される権利
患者さんは、一人の人間としてその人格・価値観などを尊重され、尊厳をもって接遇されるとともに、自らの意見を述べる権利があります。
- ③ 十分な説明と情報提供を受ける権利
患者さんは、自分の病気、検査と治療方法や危険性、他の治療法、見直しなどについて、理解しやすい言葉や方法で、十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。
- ④ 自らの意思で選択・決定する権利
患者さんは、自らの受ける検査や治療方法などについて、説明を受けた上で、自分の意思で選び決定する権利があります。また、希望しない医療を拒否したり、医療機関を選択したりする権利があります。そのためにカルテを

含む診療情報の開示や他の医療機関の医師の意見(セカンド・オピニオン)を求める権利があります。

⑤ 個人の情報やプライバシーが守られる権利

患者さんは、自らの承諾なしに、診療の過程で得られた個人情報や第三者に対し、開示されない権利があります。また、病院内でのプライバシーが守られる権利があります。

『医療とのパートナーシップ』

- ① 良質な医療を実現するために、自らの心身あるいは生活について必要な情報をできるだけ正確にお知らせください。また、納得できるまで質問するなどして自らの疾病や医療内容を十分に理解してください。
- ② 検査や治療について、納得し合意した方針には意欲を持って取り組んでください。
- ③ すべての患者さんが快適な環境で医療が受けられるよう、病院内での規則と病院職員の指示を守り協力ください。病院職員による医療提供や、他の患者さんの診療に支障を与えないようなご配慮をお願いします。

受付時間：平日 7:30～11:30 ※診療科により受付時間が
土曜 7:30～11:00 異なります。

お問合せ：0261-62-3166

担当医表

平成 28 年 9 月

診療科目		日	月	火	水	木	金	土
内科	内 科 新 患		岡田光代 信 大	東方壮男 川上裕隆	馬渡栄一郎 林田研介	川上裕隆 芹澤由樹子	早野敏英 岡田光代	東方壮男 (第1のみ) 川上裕隆 早野敏英 (第3のみ)
	内 科 (一 般) 再 診 (予 約 制)		川上裕隆 東方壮男 林田研介	岡田光代 林田研介	東方壮男 川上裕隆 早野敏英 岡田光代 林田研介	早野敏英 林田研介	川上裕隆 林田研介	早野敏英 (第1のみ) 岡田光代 林田研介
	循 環 器 内 科		富田 威 東方壮男	翁 佳輝 (信大)	東方壮男	柴 祐司 (信大)	富田 威 馬渡栄一郎	
	呼 吸 器 内 科		花岡正幸 (信大) (14:30 から診療)	岡田光代	岡田光代		西江健一 (信大) (第1・3・5のみ) 池川香代子 (信大) (第2・4のみ)	藤本圭作 (信大) (第1のみ)
	神 経 内 科		林田研介 野村俊 (信大) (第1・3・5のみ) 高松良太 (信大) (第2・4のみ)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介
	腎 臓 内 科		芹澤由樹子 (予約)			芹澤由樹子 上條祐司 (信大)		
	リウマチ・膠原病 (予約制)							信大 (完全予約)
	在宅支援科 (予約制)			薛 孝太郎 (14:30～16:00まで診療)				
精神科・心療内科	精 神 科 心 療 内 科 (予 約 制)		村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 鈴木一浩	中村伸治 古屋昌宏 小椋京子 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第1・3・5のみ) 小笠原紘輔 鈴木一浩	村田志保 鬼頭 恒 (AM) 中村伸治 湯澤宏式 小笠原紘輔 (第2・4・5のみ) 鈴木一浩	村田志保 (AM) 鬼頭 恒 中村伸治 榑端佑樹 (信大) (第1のみ) 古田 康 (第2・4のみ) 古屋昌宏 湯澤宏式 小笠原紘輔	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第2・3・4・5のみ) 小笠原紘輔	鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 小笠原紘輔
	新患 (午前) (予約制)		(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)
	認知症診療 (予約制)		(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)
小 児 科	午前 午後	原 敏博 小口弘子	保刈 健 (小口弘子)	小口弘子 (保刈 健)	保刈 健 (小口弘子)	小口弘子 又は 保刈 健	慢性疾患 (予約) (保刈 健)	信 大 (小口弘子 又は 保刈健)
		慢性疾患 (予約) (原 敏博) (小口弘子)	予防接種 (予約) 乳児検診 (予約)		予防接種 (予約)			
外科	一 般 外 科		唐澤文寿	石曾根 聡	唐澤文寿	石曾根 聡 (受付 10:30 まで) 久米田 茂香 (予約)	唐澤文寿	石曾根 聡 宮川真一 (信大) (第3のみ)
	専 門 診 療				信 大 (乳腺) (予約)		信 大 (甲状腺) (予約)	
	呼 吸 器 外 科		花岡孝臣		藏井 誠	花岡孝臣		花岡孝臣
整形外科	形 成 外 科 (受付 15 時まで)			安永能周 (信大) (13 時から診療)				
	新 患 受 付 (受付 10 時 30 分まで)		上甲厳雄 中村恒一 (手・肘新患)	輪 番 中村恒一 (手・肘新患)	狩野修治	柴田俊一 向山啓二郎 (脊椎新患)	王子嘉人	信 大
	再 診 (要 予 約)		畑 幸彦 (完全予約制) 最上祐二 石垣範雄 中村恒一	中村恒一 向山啓二郎 上甲厳雄 高橋淳 (信大)	最上祐二 向山啓二郎 王子嘉人	中村恒一 向山啓二郎 狩野修治	畑 幸彦 (完全予約制) 最上祐二 柴田俊一	信 大
皮膚科	肩関節治療センター (受付 10 時 30 分まで)		畑 幸彦 (完全予約) 石垣範雄 (完全予約)	手術日	石垣範雄 (初診) (診療開始 10:00 から)	手術日	石垣範雄 (初診) 畑 幸彦 (完全予約)	畑 幸彦 (完全予約) (第3のみ)
	皮 膚 科		河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑 こども外来 (15時～17時まで診療) 初診 (当日) 受付 16:30 まで	河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑	河内繁雄 佐野 佑
	泌 尿 器 科		平林直樹	西澤 理 平林直樹	平林直樹	西澤 理 平林直樹	平林直樹	平林直樹
産婦人科 (予約制)	女性骨盤底医学センター			西澤 理	西澤 理 (第2・4の14時～のみ) (完全予約制)	西澤 理	山ノ井万里子 (信大)	
	産 婦 人 科 (予 約 制)		信 大 (予約)	曾根原衛雄 (予約)		信 大 (予約)		
	眼 科		太田いづみ	今井玲子		太田いづみ・今井玲子 (午後コンタクトレンズ 要予約)	太田いづみ (受付 10 時まで)	今井玲子
耳鼻咽喉科 (受付 16 時まで)	耳 鼻 咽 喉 科			信 大 (14 時から診療)			信 大 (14 時から診療)	信 大
	放 射 線 科					信 大		
	麻 酔 科 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)	
リハビリテーション科	リハビリテーション科		畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦
	歯 科 口 腔 外 科		中嶋 哲 飯島 響	手 術 日 (急患対応は要相談)	中嶋 哲 飯島 響	中嶋 哲 飯島 響	中嶋 哲 飯島 響	中嶋 哲 飯島 響
	緩和医療外来 (予約制) (10:30～12:30 まで診療) 0261-61-1165		阿部克哉	薛 孝太郎 間宮敬子 (隔週)	阿部克哉	薛 孝太郎	薛 孝太郎	

北アルプス医療センター 白馬診療所

内 科 透 析 リハビリテーション科	下里修一 富田 威 (午後から診療)	下里修一	下里修一 整形外科医師 (15 時から診療) (第2・第4のみ)	下里修一	下里修一	下里修一
-----------------------	--------------------------	------	---	------	------	------