

# 石井クリニック だより

## 第68号

医療法人 葦の会  
石井クリニック  
発行責任者 野口 英雄  
編集責任者 佐藤 潤香  
〒361-0037  
埼玉県行田市大字下忍1089-1  
TEL (048) 555-3519

**19th EFORT Congress Barcelona, Spain**  
**30May - 1 June 報告記**  
理事長 石井 義則

この夏は猛暑日が多く、当地では7月8月で33日ありました。90歳前後の患者さんから、「これまで経験のない夏だった」の弁からも異常な暑さだったことは間違いないでしょう。

さて、少々時間は経過しましたが、ヨーロッパでの発表報告をさせて頂きます。今年は、スペインバルセロナで開催されたEFORTで演題名 Association Between Body Weight And Tibial Component Bone Mineral Density After Total Knee Arthroplasty をポスター発表して参りました。発表の主旨は、人工膝関節置換術を受けた患者さんにとって、術後の体重管理(痩せすぎ)は、脛骨部品を支える骨質や骨量を維持(骨密度を計測)の観点から大切



骨代謝改善剤を使用すると良いのでは?」でした。この研究に興味を持つ、日米欧での医師の考え方に大差がないことを確認できたことも一つの大きな収穫でした。個人的には医療費を増やさない、即ち食事の管理と運動量アップで対応して頂きたいと考えており、そう答弁しました。



国際学会でのもう一つの大切な責務である、他大学のDrとの情報交換は欠かせません。今回は、兼氏教授の率いる金沢医科大学の福井、高橋、沼田先生並びに助勤頂いている畑山先生とも熱いディスカッションがありました。サグラダファミリアの前で記念撮影でし

た。大学の若手Drに研究に対する勢いを感じました。



翌早朝、まだ薄暗い街中をホテルからサグラダファミリアまでジョギングで往復!いい汗をかいながらバルセロナでの学会を締めました。



本学会で得た最新の情報を生かし、気持ちも新たに診療に励みたいと思います!

## 酷暑と東京オリンピックピック

野口 英雄

今年は記録的に暑い夏になりました。金足農業の大躍進で沸きに沸いた甲子園では試合中に休息时间が確保され、アメリカでもテニス全米オープンとの試合中に猛暑対策が実施されました。最近の気象傾向をみると、暑い夏は来季以降も続きそうです。となると懸念されてくるのは、2020年東京オリンピックです。特に屋外で長時間、休みなく行われる競技としてマラソンが問題となります。

過去に東京で開催された夏のマラソンとして、世界選手権が1991年9月1日に行われ60名出走中24名がリタイアし、完走率60%という深刻な結果になりました。先日、赤道直下のジャカルタで行われたアジア選手権男子マラソンでは21名中15人完走し、完走率は71%であったことを考えると夏の東京は熱帯地域よりも過酷な環境であると考えられると思います。そもそも熱中症は周囲の環境やスポーツ活動により体内で産生した熱を下げることでできずに異常な高温状態におかれることが原因です。つまり体温以上の気温下でスポーツをすることは言語道断です。それでも夏の東京でマラソンをするのならナイトレースが良いのではないのでしょうか？かつて酷暑のローマオリンピックでアベバが激走したのはナイトレースでした。東京



酷暑でゴーヤも元気なし？

なら特別に照明を用意せずとも開催可能です。早朝でも陽が昇ると日射で体温は上昇するので陽が出ない時間に済んでしまふことが重要と考えます。

この号が出るのは10月で、おそらく夏の酷暑は落ち着いていると思えます。思えば前回の東京オリンピックが開幕したのは10月10日、体育の日でした。一時的なサマータムなどと愚問するより、2020年10月10日開幕を英断できる政治家はいないのでしょうか？

## 長びく手関節の痛みにもエコー検査

医局 佐藤 潤香

近年、整形外科領域でも超音波エコー検査が使用されており当院外来にも設置されています。レントゲン検査では骨はよく見えますが、骨以外の組織は見えません。逆にエコーは身体の浅い部分にある筋、腱、靭帯などがよく見えます。一週間たつても治らない手首の痛みで来院する患者さんにエコーはどの程度有用なのでしょう？この疑問に答えるため約一年の間、同条件を満たしレントゲンでは原因がわからない患者さん全員(70人)にエコー検査を行い、結果をまとめました。

結果、腱鞘炎やガンダリオンなどエコーだけでは確定診断を得られたのはちょうど半分の50%でした。また19%の患者さんでは確定診断には至らずとも症状と関連する異常所見を認めました。後者のうちMRIや血液検査を行う事で4人の患者さんが関節リウマチなどの確定診断を得られました。まとめると約7割に手がかりとなる何らかの所見が見つかりました。

当院は整形外科単科のクリニックですのでどなたでも紹介状なしで受診する事ができますので大病院などと異なり特殊な病気が集中する事はなく、逆にいわゆる「よくある病気」がまんべんなく集まると考えてよいと思われれます。このような背景もあり腱鞘炎などが多く特にエコーがメリットを発揮できたのではないかと考えます。

今後手関節が痛い患者さんが当院を受診してレントゲンで異常がない場合、積極的にエコーを併用して行きたいと思えます。(以上の研究結果は本年夏の院内研究会で発表いたしました。)



### 論文が学会誌に掲載されます

看護課 船津丸 恵美子

「論文」、と聞いて皆さんどんなことを思い浮かべますか？ この夏話題になったテレビドラマ「ブラックペアン」のなかで盛んに出てきた「インパクトファクター」とか、なんだか難しそうとか。自分には縁がないことだな、とか。私もそうでした。今回「関節リウマチ専門外来」について研究、学会発表を行った集大成として論文「整形外科単科の有床診療所における月一回のリウマチ治療－専門医不在時の看護師の役割－」を執筆し、日本臨床リウマチ学会の学会誌に掲載されることになりました。石井先生をはじめ指導をして下さった先生や共同研究者

に恵まれここに至ることができました。研究を通して関節リウマチという疾患に対する知識を深め、看護師が観察すべきこと等多くのことを学びました。今回の研究で習得したことを活かして、患者さんにより良い看護を提示できるよう努めたいと思います。

「論文」、と聞いて皆さんどんなことを思い浮かべますか？ この夏話題になったテレビドラマ「ブラックペアン」のなかで盛んに出てきた「インパクトファクター」とか、なんだか難しそうとか。自分には縁がないことだな、とか。私もそうでした。今回「関節リウマチ専門外来」について研究、学会発表を行った集大成として論文「整形外科単科の有床診療所における月一回のリウマチ治療－専門医不在時の看護師の役割－」を執筆し、日本臨床リウマチ学会の学会誌に掲載されることになりました。石井先生をはじめ指導をして下さった先生や共同研究者



### 僕がやりたかったこと!!

リハビリ科 齋藤 大介

今回、鴻巣市立吹上中学校で行われた第1回学校保健委員会で保護者や教員を含めた中学生を対象に、①成長痛について、②オスグッド病とアキレス腱炎について、③運動器検診の内容であるしゃがみ込みと側彎症に関して講義を行いました。また、成長痛のケアのためのストレッチ指導も行うことができました。

今回、鴻巣市立吹上中学校で行われた第1回学校保健委員会で保護者や教員を含めた中学生を対象に、①成長痛について、②オスグッド病とアキレス腱炎について、③運動器検診の内容であるしゃがみ込みと側彎症に関して講義を行いました。また、成長痛のケアのためのストレッチ指導も行うことができました。

限られた時間の中で、成長痛を防ぐための啓蒙活動を少しですが出来たと思います。今回の反省を活かし、



### 緑のカーテン

ー2018ー

医事課

毎年恒例の緑のカーテン、今年は猛暑の影響でなかなか実りが少なく残念でした。収穫したゴーヤは患者さんにもお配りさせて頂きました。「美味しかった」というお声も頂きうれしかったです。9月8日には職員で打ち上げ会を行いました!! 今回の経験を活かして来年も取り組んでいきたいと思っています。



# お料理もう一品 栄養・給食係

## 鶏肉と秋野菜の甘酢あん



### ■材料 (2人分)

- ・鶏むね肉…………… 100g  
(醤油、酒 各小さじ1/2)
- ・さつまいも…………… 100g
- ・長芋…………… 100g
- ・舞茸…………… 1/2パック
- ・サラダ油…………… 適量
- 【あん】
- ・だし…………… 1/2カップ
- ・醤油…………… 大さじ1
- ・砂糖…………… 大さじ1
- ・酢…………… 大さじ1/2
- ・片栗粉…………… 大さじ1/2

### ■作り方

- ①鶏肉を一口大に切り、下味をつける。
- ②さつまいも、長芋を1cmの厚さのいちょう切りにする。
- ③舞茸を手で割く。
- ④フライパンに油を熱し、鶏肉と野菜を入れ蒸し焼きにする。
- ⑤④にあんを入れとろみが付いたら出来上がり。

※お好みの野菜で作っても美味しいです。

# ショートステイ納涼祭

介護課

皆様、今年の夏は猛暑日が続き熱中症が流行りましたが体が調の方は崩さずに過ごせましたでしょうか。ショートステイの利用者様は暑い日々の中でも負けずに元気に過ごされてました。

さて、皆様は夏と言えば何の食べ物かを思い浮かべますか。利用者様にも同じ質問をしたところ『スイカ』という意見が多く挙げられました。なので今回の納涼会ではレクリエーションをした後、おやつにスイカを食べました。中身も赤いものではなく黄色い種類のクリームスイカという珍しいスイカで利用者様もほとんどの方が驚かれ味も好評で皆さん満足そう

に食べられてました。今回行ったレクリエーションは体を動かす風船バレーとボーリングをしました。2チームに分かれ勝負戦で行ったのでとても場が盛り上がり、一人一人が真剣で一生涯懸命頑張っていましたので私たちスタッフも熱意を持って応援をしました。そして結果、勝っても負けても最後は笑って楽しめました。普段、大人数でのレクリエーションをするところがあまりない為、このような交流を深める機会があることを皆さん大変喜ばれていました。全員が楽しめて笑顔になりました。とても良い納涼会となりました。



## 外来担当表

		月	火	水	木	金	土	日(9時~11時)
午前	一診	石井	野口	交代	野口	石井	交代	交代
	二診	佐藤	石井		佐藤	佐藤	交代	
午後	一診	野口	*石井	交代	石井	野口		
	二診	佐藤	佐藤		野口	佐藤		

※毎月第2火曜日午後 スポーツ膝関節外来

☆受付時間 月曜~土曜 午前 8:30~12:00 午後 15:00~18:00 (リハビリは14:00~) 日曜 午前 9:00~11:00

☆休診日 土・日曜の午後/祝日 ☆診療は手術により適宜変更することがあります。 医療法人 葦の会 石井クリニック TEL 048-555-3519

## 編集後記

夏の猛暑もようやく落ち着いてきたこの頃、いかがお過ごしでしょうか？

気温が下がり、怪我や病気等増える時期だと思えます。健康に十分配慮していただき、「食欲の秋」、「スポーツの秋」、「学問の秋」など、様々な秋をお過ごし下さい。