

# いれあい

2012

# 2

No.299

牛久愛和総合病院 広報誌



## 腰部脊柱管狭窄症

副院长 梅原 新英



腰部脊柱管狭窄症は中高齢者に多い病気で、当院の外来にもたくさんの方々が来院しています。また当院の脊椎手術の対象疾患で最も多いのも腰部の脊柱管狭窄症です。

腰椎は5つの骨が縦に並んでおり、さらにその下に仙骨があります。これらは椎間板、関節（椎間関節）、靭帯により連結されています。腰椎には脊柱管と言われる管があり、下肢などへ行く大事な神経が通っています。腰椎の連結部付近でこの管の壁を構成するのは椎間板、椎間関節、靭帯（黄色靭帯）などです。加齢により椎間板の突出、関節の肥大、靭帯の肥厚が起きれば、管は徐々に狭くなり、中を通る神經が圧迫されると脊柱管狭窄症という病態になります。

症状は腰痛だけでなく、下肢循環を良くする薬などを使います。

痛、下肢のしびれなどで、典型的では間欠性跛行という独特的の歩行障害をいたします。これは歩いているうちに下肢の痛みやしびれで歩けなくなり、休憩するとまた歩けるようになるといふものです。このような患者さんに「どんな姿勢で休憩すると楽になりますか？」ときいてみると、大概は「座って休むのが一番楽です。」と答えます。また「歩くのは苦手だけれど、自転車はいくらでも乗れる。」と

いうことも患者さんからよく耳ります。この理由は、座ったまま自転車に乗っている姿勢は腰を前に曲げた状態になるため、脊柱管の前後径が広がり神経の圧迫が軽くなるからです。重症になると、立っているだけで症状が増悪したり、下肢が麻痺したり、膀胱・直腸障害（尿が出にくくなる、残尿感、便が出る感じがわからないなど）をきたします。

診断はMRI検査が有用です。治療はまず薬物治療を行います。鎮痛剤、ビタミンB12、

す。無効な場合はプロック注射（硬膜外ブロックや神經根ブロックなど）を行います。これらがある場合は手術を考慮します。手術は圧迫された神経を用いて固定術を追加します。脊椎合部が不安定な場合は金属を用いて固定術を追加します。脊椎の手術というと「下半身不随になってしまふのではないか。」と心配する患者さんがよくいます。しかし脊柱管狭窄症の好発部位は第3腰椎から仙骨にかけての接合部で、このあたりの脊柱管内を通っている神経は、脊髓という中枢神経ではなく、馬尾神経と呼ばれる末梢神経なので、手術により下半身不随になることはありません。

当院では毎週火曜日に金谷医師が脊椎外来を担当しています。必要に応じ脊椎外来に紹介いたします。



血液型：A型 星座：魚座  
趣味は「旅行」と「飲み会」  
でしたが犬達が産まれてから全く出掛けられない犬熱中症になっています。

A black and white portrait of Miwa Oikawa, a young woman with dark hair and bangs, wearing a light-colored collared shirt.

A circular portrait of Misaki Saito, a young woman with dark hair, wearing a white lab coat.

はじめて

慣れるまでに時間がかかると思いますが、一日も早く戦力になれるよう努力します。

1/4付入職  
画像診断センター  
齊藤真美

Q 眠眠中には誰でも歯軋りを  
している時間があると聞き  
ました。

歯軋りが体に及ぼす影響とはどのようなのですか？

**A** 歯軋りの原因は、現在特定される原因是わかつていま

せん。近年、心因性や習慣によるものと言われており、最近ではストレスが最大の原因と言われる様になつて います。

歯  
軋  
り

ング、クレンチング(就寝時

に限らず起きている時も歯を食いしばる状態)、タツピ。

ング（歯を力チ力チと音を

立ててふりに合わせることの3つの種類があります。

就寝時に見られるのは、ゲ  
ラインディングです。歯を

こすり合わせることで起こ  
り、虫歯の不快な音を出しま

り 独自の不快な音を出し  
歯をすり減らします。体に

及ぼす影響としては、局所的なものには、  
頸関節症がくかんせつしょう、  
亜急症あそくじょうなど

歯質知覚過敏症、歯周病の悪化等があります。全身的なものは、睡眠障害、頭痛等があります。なるべく日頃のストレスを解消し、質の良い睡眠をとるように心がけ下さい。また症状が著しい場合は、医療機関の受診をお勧めいたします。

(歯科口腔外科医長 山崎 善純)

視力低下などあり、病気進行具合によりまちまちです。治療は、いくつかの療法が新たに開発され、早く見つければある程度視力が維持できるようになってきています。見え方おかしいと自覚された場合は、まずお近くの眼科にかって眼底検査をすることをお勧めいたします。現は光干渉断層計(OCT)などの検査機器の進歩により、網膜断層像が測れ、り確実に診断できるようなつてきておりますが、院ではまだ設備不足のため大学病院への紹介となつておりますのでご了承ください。

ここが知りたい！

素朴な疑問にわかりやすくお答えします。

加齢黄斑変性症ってどんな病気ですか？

まず、“加齢”と書く通り、年齢からくる病気で、“黄斑”と呼ばれる部位、すなわち視力を出している最も重要な網膜（神経）部位が、”変性”する、つまり変化して機能が損なわれる病気と思つてください。50歳以上の人約1%にみられ、高齢になるほど多くみられます。

(眼科医長 山本 敏哉)



(眼科医長 山本 敏哉)

テー<sup>マ</sup>  
**介護予防教室**  
『体力アップの取り組みを通して元気な体を保つには』  
日 時 3月22日(木)  
13時30分から約二時間  
講 師  
リハビリセンター  
仲田 智 理学療法士  
会 場 牛久愛和総合病院  
B館2階 大ホール  
参加費 無料  
今日は、番外編として『介護予防教室』を開催します。  
介護予防のために気をつけることなどを、理学療法士がお話しします。事前予約は不要です。興味がおありの方は、お説明あわせの上お気軽にご参加下さい。

◎お問い合わせ先

牛久愛和綜合病院 総務課

029-873111(1)

『第22回 生活習慣病教室』

テ  
マ

生活習慣病教室

介護予防教室



## 春秋園だより

立春が過ぎ、暦の上では春を迎ましたが、まだまだ寒い日が続いています。お風邪など引かれていませんでしょうか。

今回は、2月3日に通所リハビリにて開催しました節分の豆まきの様子を紹介させていただきます。

今年は利用者様がレクリエーションの時間に作成した鬼ハビリにて開催しました。豆まきの雰囲気が一層盛り上がりました。

豆まきの由来、豆まきについての話をし、その後は職員が扮する6人の鬼が登場し利用者様に豆まきをしていただきました。皆さん笑顔で『鬼は外。福は内。鬼は外…』と大きな声を出して鬼に豆をぶつけることにより邪気を追い払い、一年の無病息災を願っていらっしゃいました。

利用者様のたくさんの笑顔も見られ春秋園職員一同ご参加いただいた皆様に感謝しております。

これからも利用者様と共に楽しめるような企画提供をしていきたいと思っております。(春秋園スタッフ一同)



## 『ロボットスースHAL』ってどういったもの?

リハビリセンター副科長 大澤聰弘

リハビリセンターでは昨年末から本年3月までの間、ロボットスースHAL (Hybrid Assistive Limb) の試験運用を行なっております。

これは、財団法人茨城県科学技術振興財団、サイバーダイン株式会社、茨城県立医療大学による共同プロジェクト「生活支援ロボット研究開発推進事業」として、自立支援ロボットスースHAL福祉用の実生活への普及に向けた適切な運用技術開発として、茨城県立医療大学より実証試験を委託されたものであります。

人が身体を動かそうとするとき、その意思是生体電位信号となり、体内の神経系を通じて脳から筋肉へと伝達されます。HALは装着者の皮膚表面に貼り付けられたセンサーで、脳から筋肉に伝わる神経信号を読み取り、その信号を基にパワーユニットを制御

して、装着者の筋肉と一緒に関節を動かします。これによつて動作支援が可能になり改良の一助となれば幸いです。



歩行



装着

\*写真の掲載については患者様の承諾を得ております

## バザー

12/24

## 《出来事ピックアップ》

第36回牛久シティマラソン  
1/9

毎年恒例となりました。託児所バザーが平成23年12月24日に当院大ホールで行われました。

今回は、当院託児所を退職された先生方がお手伝いに来てくださいました。そして、皆様から頂いた献品の数々がずらつと大ホール中にならべられました。

開始前から大ホールの前にならんでいる方達もおりました。

職員から一般の方まで、多くの方が来場され、大盛況の内に終了することができました。皆様に感謝致します。次回もよろしくお願いします。(父母会灰垣)



**病院理念** 我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

**病院概要**

病床数 504床（一般445床 医療療養型59床）

**施設**敷地 57,911 m<sup>2</sup> 駐車場 1040台

日本医療機能評価機構認定病院  
医療法人社団 常仁会

**牛久愛和総合病院**

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地  
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031  
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

**《関連施設》**

総合健診センター	Tel 029-873-4334
健康増進施設 スポーツリラックス	Tel 029-874-8791
介護老人保健施設 春秋園	Tel 029-870-3100

風も穏やかな冬晴れの1月9日（成人の日）に、恒例の牛久シティマラソンが開催されました。今年から1.5kmのジョギングも加わり、ここ数年のマラソンブームで会場も大勢のランナーで賑わっていました。スポーツリラックスからは、毎年ご参加のベテランに加え、初挑戦の方も数名おり総勢36名が出場。青空の下で皆様無事に完走。会場で出た豚汁の味も格別だったのではないかでしょうか。来年の大会を目指に又、トレーニングに励んでいただけたら幸いです。（スポーツリラックス 大山）

**診療科目****【一般外来】**

総合診療科(内科)、消化器内科、内分泌内科、糖尿病・代謝内科、循環器科、呼吸器内科、血液内科、腎臓内科、神経内科、リウマチ科、心療内科、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、呼吸器外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、ペインクリニック、産婦人科、脳神経外科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、歯科口腔外科、透析外来（シャント外来）

**【専門外来】**

整形専門（股関節、脊椎、スポーツ）  
小児科（小児循環器、小児心理）  
循環器（心臓血管外科）  
形成外科（アンチ・エイジング、レーザー）  
皮膚科（レーザー）

