

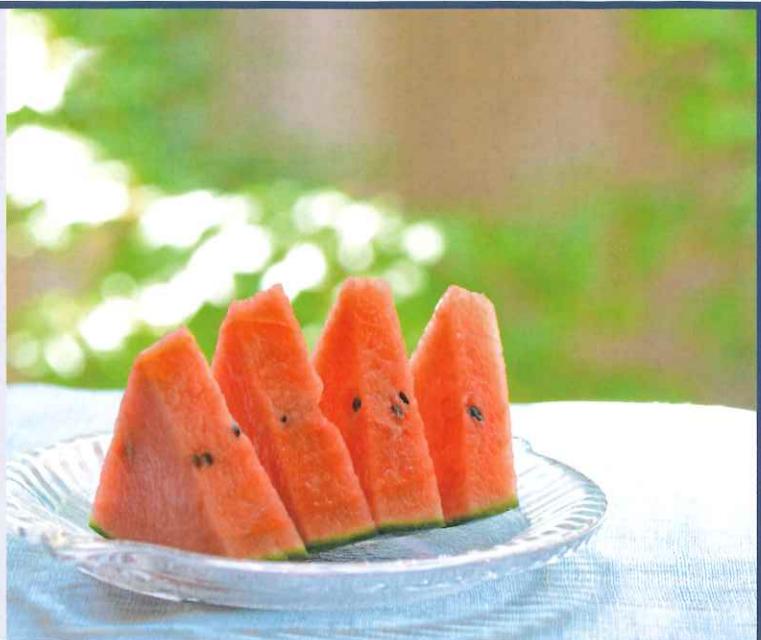
3.1れあい

2022

8

No.425

牛久愛和総合病院 広報誌



リウマチ・膠原病内科のご紹介

リウマチ・膠原病内科 部長

野村 篤史



「リウマチ＝関節の病気」というのはよく知られていて、温泉においてあることも多く、「知り合いのリウマチの人の指が曲がってしまつて……」という話も良く聞きますので、「リウマチ」は比較的馴染みのある言葉かと思います。けれども「膠原病」についてはあまりピンとこない方も多いのではないか。私自身も学生のころ「知り合いが膠原病で……」という話を聞くと「へ、たいへんなんだねー」と答えながらも（膠原病ってどんな病気なんだろう??）と心の中で思っていたものでした。

「リウマチ」の語源は「ロイマ（Rheuma）＝流れ」という意味で、筋肉や関節などの痛みがあちこちに流れるように出るという症状の面から呼んだもののようにます。膠原病の「膠」は「にかわ」と読みますがいわゆる「ぶるぶるのコラーゲン」です。皮膚や関節

や腱などの組織はコラーゲンでつながっていますが、「膠原病」は、これらの組織に炎症がおこる病気をまとめて呼んだものです。このように「リウマチ」も「膠原病」も同じようなものとことを表しており、「関節リウマチ」というのは「リウマチ性疾患」であり「膠原病」でもある、ひとつの病名です。だいたいの病気のイメージをつかんでいただきたところで、そのような症状がでる原因は何なのでしょうか？それは「免疫の異常」と考えられています。たとえば細菌やウイルスが体内に侵入するとそれを排除するために免疫が働くことで熱がでて体が痛く、だるくなる。これは病原体と戦うことによりエネルギーを集中させるため、わざと体を動けない状態にすることに生存戦略であると言われています。しかし、戦うべき相手がいなくなっているのに体がずっと戦闘状態のままで自分自身の体を敵だと誤認してしまう、いわゆる「自己免疫反応」が膠原病の主な病態と考えられます。実際には病気ごとに様々なメカニズムがあるのでですが、おおまかにはこのような説明になります。

膠原病の診療は確実に進歩しています。なんだかよくわからないうえで体の調子が悪い→調べてみると実は膠原病だった→治療したらよくなつた。ということもあります。ぜひお気軽にご相談ください。



歯科健診の大切さについて

歯科口腔外科

部長 河地 誉



歯科健診とは、『歯科健康診査』の略称で、虫歯や歯周病など口腔内における疾患を早期に発見し、治療へと繋げるための健康診査のことです。歯科健診を受けるメリットは、①虫歯・歯周病の早期発見と予防、②早期治療が可能となる、③全身の病気を予防、④健康新命を延ばす、⑤医療費の負担軽減などが挙げられます。歯科健診の義務があるのは、1歳6か月児健診、3歳児健診（母子保健法）、就学児健診、学校健診（学校保健安全法）があります。成人に対するは、有害物質などを取り扱う特定の業務に対して、歯科特殊健康診断（労働安全衛生法）があります。一般職に就く成人に対しては、健康新命に基づく基本健診や、労働安全衛生法に基づく労働者への健診に歯科健診は含まれておらず、自身で歯科受診をしない限り、健診の機会はありません。そこで、年齢を問わず、1年に一度の歯科健診を義務付け、歯の健康を守ついくことを目的とした国民皆歯科健診の導入が検討されています。（2022年7月現在）

日本人の平均寿命は、女性が87歳、

男性が81歳で過去最長となり、世界でも有数の長寿国となっています。一方で、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は、女性が75歳、男性が72歳と言えています。医療の進歩により、平均寿命は伸びてきましたが、近年では寿命の質について考えられるようにならぬがままです。病院の行きはバスで通勤している『かかりつけ歯科医院』を持ち、定期的に口の健診を受けることが大切です。当院歯科口腔外科は、牛久市歯科医師会及び地域連携登録医と密な連携を取っており、幅広く口腔内に関する相談を受けています。お困りのことがあれば、かかりつけ歯科医院、もしくは、当科まで御相談ください。

日本では、歯科の受診率が非常に低く、口の中の痛みなどの症状が出てから歯科医院を受診することが多いのが現状です。自分の歯をできるだけ良い状態で多く残し、「何歳になつても自分の歯でおいしく食事をしたい！」と思われる方は、自分の口の中のことを理解している『かかりつけ歯科医院』を選びます。歯科の働きは、日々の歯の磨き、歯の健康を重要視するようになります。歯が健康で、しっかりと噛めることが重要な要件の一つです。歯を失ってしまうと、噛むことができなくなり、食べる物が偏り、栄養のバランスが崩れてしまいます。固いものが食べられなくなると、筋力の低下や脳への血流の減少が起き、栄養不足で体が弱るだけでなく、認知機能にも影響を及ぼし、寝たきりや要介護に繋がる傾向が強くなります。しっかりと物を噛み、食べられると、脳への血流が増え、認知症の予防に關係することがわかつています。また、口腔内の細菌を減らすことことで、糖尿病や心臓病のリスクを減らすといわれており、全身の健康の維持のためには、口の中の環境を整え

ることが大切です。

日本では、歯科の受診率が非常に低く、口の中の痛みなどの症状が出てから歯科医院を受診することが多いのが現状です。自分の歯をできるだけ良い状態で多く残し、「何歳になつても自分の歯でおいしく食事をしたい！」と思われる方は、自分の口の中のことを理解している『かかりつけ歯科医院』を選びます。歯科の働きは、日々の歯の磨き、歯の健康を重要視するようになります。歯が健康で、しっかりと噛めることが重要な要件の一つです。歯を失ってしまうと、噛むことができなくなり、食べる物が偏り、栄養のバランスが崩れてしまいます。固いものが食べられなくなると、筋力の低下や脳への血流の減少が起き、栄養不足で体が弱るだけでなく、認知機能にも影響を及ぼし、寝たきりや要介護に繋がる傾向が強くなります。しっかりと物を噛み、食べられると、脳への血流が増え、認知症の予防に關係することがわかつています。また、口腔内の細菌を減らすことことで、糖尿病や心臓病のリスクを減らすといわれており、全身の健康の維持のためには、口の中の環境を整え



入職者

①担当 ②専門とその紹介 ③出身大学 ④趣味
⑤生年月日 ⑥血液型 ⑦星座

入職医長
7/1付
急救医療科
矢口 慎也

①常勤
②弘前大学病院・山梨県立中央病院救命救急センターで病院前活動も含め救急・集中治療に従事しておりました。
スタッフの皆さんと一緒に頑張りました。
よろしくお願い致します。
③弘前大学 ④温泉巡り ⑥O型

Dr.趣味リレー

リウマチ・膠原病内科

野村 篤史 部長

最近の趣味と聞かれると無趣味なので困りますが、過去の趣味を紹介します。8年ほど前には走ることにはまっていました。クルマではなく生身です。病院の行きはバスで通勤しています。6・5 kmの道をほぼ毎日リュックをショットで走って帰っていました。年末年始も走っていました。3人目の子供の誕生とともにパタリと内に關する相談を受けています。お困りのことがあれば、かかりつけ歯科医院、もしくは、当科まで御相談ください。

日本では、歯科の受診率が非常に低く、口の中の痛みなどの症状が出てから歯科医院を受診することが多いのが現状です。自分の歯をできるだけ良い状態で多く残し、「何歳になつても自分の歯でおいしく食事をしたい！」と思われる方は、自分の口の中のことを理解している『かかりつけ歯科医院』を選びます。歯科の働きは、日々の歯の磨き、歯の健康を重要視するようになります。歯が健康で、しっかりと噛めることが重要な要件の一つです。歯を失ってしまうと、噛むことができなくなり、食べる物が偏り、栄養のバランスが崩れてしまいます。固いものが食べられなくなると、筋力の低下や脳への血流の減少が起き、栄養不足で体が弱るだけでなく、認知機能にも影響を及ぼし、寝たきりや要介護に繋がる傾向が強くなります。しっかりと物を噛み、食べられると、脳への血流が増え、認知症の予防に關係することがわかつています。また、口腔内の細菌を減らすことことで、糖尿病や心臓病のリスクを減らすといわれており、全身の健康の維持のためには、口の中の環境を整え

ご安心ください。

春秋園だより



当施設で

は胸・肩、
筋群、大腿
筋群、背

部など全身
を鍛える計

当施設のデイケアでのリハビリテー
ションは従来の歩行練習や生活動作の練
習に併せてパワーリハビリテーションと
いうものを実施しています。今回はその
パワーリハビリテーションについてお話
したいと思います。

パワーリハビリテーションとは老化や
器質的障害により低下した身体的・心理
的活動性を回復させ、自立性の向上を目
指すリハビリテーションを指します。で
は実際にパワーリハビリテーションでは
何を行うのかというと主にマシンを使用
して全身の運動を行い、使っていない筋
肉の再活動化を促していきます。それに
より姿勢の改善や歩行の安定性の向上を
図っています。

マシンでの運動と聞くと筋骨隆々の方
が行うような印象で、高齢者には難易度
が高くかえつて怪我をしてしまうのではないか?と思われがちです。しかし、軽
い重量で実施をする為、入浴より運動の
負荷が軽いとされています。また、ご自
身で行う運動と違い運動の軌道が予め定
まっている為、簡単に実施することがで
き、怪我をしにくいのが特徴です。



(春秋園リハビリスタッフ一同)



部署紹介

医材センター

係長 佐藤 剛

当院には「医材センター」とい
う部署があります。名前の通り、
医療材料をメインに管理してお
り、採血などに使用する注射針か
ら、手術に使用する材料等、病院

すべての医療材料を管理している
部署です。医療材料のほかに、事
務用品から日用品、様々な商品を
取り扱っています。

病院全体の物品管理をしていま
すので、全ての部署と繋がりが強
く、コミュニケーションを大切にして
業務にあたっています。

病院の物品管理は経営面にも影
響を与えるといわれていますの

で、適正在庫数を把握して過剰在
庫にならないよう管理し、医療の
質や患者さんの満足度を下げない
よう医療材料の切り替え等をし
て、コスト削減を行っています。
コロナ禍の影響により、医療材
料の欠品があつた際は、同種同等
品の代替品を探し、仕入先の代理
店・メーカーと連携を取り、病院

の運用に支障を来さない様、医療
材料を確保して対応を行っています。
患者様とは触れ合う機会はあま
りありませんが、現場のスタッフ
が安心して医療提供が出来るよう
サポートして、今後も日々の業務
に励んでいきます。





7月7日（木）七夕集会を
行いました。子ども達は浴衣
や甚平を着て登園です。いつ
もと違う姿を、「見てー!!」と
うれしそうに保育士に見せて
いました。

保育士によるホタルで集会
が始まりました。とても幻想
的で小さな子ども達もじーっ
と見入っていました。その後
の七夕の人形劇も、時々拍手
したり、かささぎが出てくる
と、「とりさん!!」と指差した
りしていました。

編集だより

記録的に短い梅雨が明け、いつもより早い夏がやってきました。夏バテ防止のため旬のものを食べたり、十分な睡眠をとりましょう。毎日元気に過ごし、暑い夏を乗り切りたいですね。（J・K）



皆の願いが書かれた短冊や
飾りが笹の葉と一緒に風に揺
れています。子ども達、皆の
願いが天に届きますように…。
（保育課係長 横原）

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 489床（一般391床 医療療養型55床
地域包括ケア43床）

施設

敷地 59,449.60m² 駐車場 1151台



日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

救急 24時間

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
人工透析センター	
地域リハ・ステーション	
介護老人保健施設 春秋園	Tel 029-870-3100
ひたち野ステーションクリニック	Tel 029-896-6200
特別養護老人ホーム グランヴィラ牛久	Tel 029-817-5111

診療科目

【一般外来】

内科、消化器内科、循環器内科、心臓血管外科、血液内科、腎臓内科、脳神経内科、呼吸器内科、糖尿病・代謝内科、リウマチ・膠原病内科、小児科、眼科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、脳神経外科、形成外科、救急科、外科、乳腺外科、消化器外科、耳鼻咽喉科、産婦人科、歯科口腔外科、甲状腺・内分泌外科

【専門外来】

内 科（禁煙外来）
整形外科（股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節）
小 児 科（小児循環器、小児心理、小児免疫）
皮 膚 科（レーザー外来）
外 科（下肢静脈瘤外来）
ストーマ外来
そけいヘルニア専門外来
透析外来
内視鏡検査
検診検査（乳がん検診）

