



医療法人社団協友会
東川口病院 広報誌

げやき

vol.039

東川口病院 理念
皆さんに愛し愛される病院となること

本当は恐ろしい足関節捻挫

「スポーツ中にジャンプしたら相手の足の上に着地してしまって」「暗い道で側溝に足がハマってしまって」「階段を下りるときに足を踏み外してしまって」こんなきっかけで足首をひねり、痛みや腫れが出て受診されるケースが多々あります。レントゲンを撮ってみると、骨折はない。「捻挫ですね」「折れてないんですね!よかった!」

また、ひねって痛みは出たもののたいした症状ではないと思い、そのまま放置して運動を続けていたケースも散見します。捻挫は、果たしてたいしたことのないケガなのでしょうか?足首の捻挫は、たいてい足首を内側にひねること

で発生します。すると外くるぶしに付着する靭帯が傷み、痛みや腫れがでます。捻挫といっても程度はさまざまです。3段階に分類されておりⅠ度は前距腓靭帯の部分損傷、Ⅱ度は前距腓靭帯の完全損傷、Ⅲ度は前距腓靭帯と踵腓靭帯の完全損傷と定義されています。さて、捻挫後にこれを治療せず放置するとどうなるのでしょうか?靭帯が断裂している場合、そのまま早期に運動を再開すると断裂している靭帯がもとのように治らないため、ぐらぐらと不安定な足首になってしまいます。(靭帯は関節の安定性をつかさどっているからです)そしてこのまま不安定な状態が続くと、今後も頻繁に捻挫するようになってしまいます。そのうちに足の関節を構成する骨の軟骨がすり減り、痛みが出たり関節の動きが制限されるようになってしまいます(これを「変形性関節症」といいます)では、捻挫したらどんな処置が必要でしょうか?捻挫の治療はRICEと呼ばれる4つの原則があります。Rest=安静。足首に負担のかかることを避けます。Ice=冷却。氷のうなどで冷やし周囲の血管を収縮させ腫れを抑えます。Compression=圧迫。包帯で腫れた部分を圧迫し腫れを抑えます。Elevation=挙上。足首を心臓より高い位置に保ち足首の腫れを抑えます。腫れると痛みの原因になるので、それを防ぐ処置となります。そのほか、靭帯に負荷がかからないように足関節バンドや



整形外科医 高木 佑維

当て木、ギプスで固定することもあります。傷んだ靭帯の回復には平均3週間はかかりますので、それまでは激しい負荷を避けることが重要です。まれではありますが、靭帯損傷の程度が激しい場合には靭帯を縫い合わせるような手術を行うこともあります。捻挫は、一見たいしたことがないようですが、対処を誤ると将来の生活にまで影響が出ることもあります。「捻挫=たいしたことない」という認識をこの機会に改めていただくと幸いです。そしてケガをした場合は遠慮なく当院整形外科を受診してください。治療の手助けをさせていただきます!





CMS学会に参加して



CMS(Central Medical System)学会とは、上尾中央医科グループ、戸田中央医科グループ、板橋中央総合病院グループの3つの医科グループが合同で開催している学会です。東川口病院は、上尾中央医科グループ(AMG)に所属する病院です。今回で34回目を数え、東京国際フォーラムにて開催されました。3グループの職員数は4万人を超え、学会には6千人を超える職員が参加しました。

学会では、各職種・部門から様々な演題が発表され、一つ一つの演題について質疑応答も活発に行われました。臨床検査部門では、珍しい症例の紹介や新しい検査方法の検討、今現在行われている業務の改善方法などが発表され、東川口病院検査科からは電子カルテを導入後の取り組みについて発表をしました。東川口病院では、平成24



年6月1日より電子カルテの運用が始まりました。電子カルテの導入により、患者様の検査履歴が見やすくなり、加えて、カルテの内容も確認しやすくなったことにより、職員間で患者様の情報を共有し、迅速かつ円滑に診療を進められるようになったという内容です。

学会で知り得た知識や、導入された電子カルテを最大限に活用し、患者様の健康に貢献し続けられるように努めていきたいと思っております。

検査科 豊田 直也



日本病院薬剤師会関東ブロック大会



日本病院薬剤師会関東ブロック大会に参加してきました。この大会は関東の病院、診療所等の薬剤師が集まる大会です。当院では毎年、病院をよくするための取り組みを発表しています。

今回はフォルテオ教育入院についての発表を行いました。フォルテオはとても効果的な骨粗鬆症の治療薬で、骨を作る作用があります。しかし、自分で注射する薬のため抵抗を感じたり、継続することが難しく途中でやめてしまう患者様もあり、効果を十分に発揮することができず、どうにかしたいと思っていました。

そこで、今までは外来で1回のみ説明だったのに対し、昨年からは注射手順を覚えやすくし、薬や病気について知っていただくための教育入院を始めました。教育入院は3日間で注射手順の練習を繰り返す行え、運動や食事についても専門のスタッフより話を聞いていただくことができます。教育入院を行った患者様からは「手順が覚えられた」、「怖くないんだ」、「続けられそう」との意見が多く得られ、実際続けていただくことができている。

今回発表の際、様々な質問があり、他病院での取り組みなど参考になる意見を多数伺うことができました。より分かりやすい説明ができるよう、今後活かしていきたいと考えています。

骨粗鬆症と言われたことがあったり、骨折の不安がある方はお気軽にご相談ください。入院は難しいという方は一般整形外来や骨粗鬆症外来でも治療を行っています。



骨粗鬆症外来

毎週金曜日15:00～16:30

予約制:田辺医師の診察を受けてからの予約となります。



薬剤科 荻原 真智子

外来紹介

いつも東川口病院をご利用いただき、ありがとうございます。
今回は外来を紹介致します。

東川口病院の外来は9つの診療科の他に、救急室、内視鏡室、処置室からなり1日約400名の患者様が来院しています。

H24年度は看護師2名が内視鏡認定技師に合格し、合計で3名の内視鏡認定技師がいます。また、皮膚・排泄ケア認定看護師1名が仲間になりました。



今後も診療が安全・安楽に行えるように他職種との連携を持ち、業務改善に努めていきます。また、患者様やご家族の会話を大事にして、治療・療養上の適切な時期に必要な看護が提供できるよう努力し、健康と笑顔をお守りします。



看護部 増淵 優利弥

自己紹介

1986年に帝京大学を卒業して、2010年まで帝京大学附属病院で脳神経外科一般、特に脳血管障害、重症頭部外傷などの治療を行ってきました。2010年からは一般病院での診療を行い、本年、4月より脳神経外科医としてお世話になっております。できるだけわかりやすくご説明し、納得して治療を受けていただけるように心がけております。宜しくお願い申し上げます。



脳神経外科医 永島 博

第3駐車場案内図

※10月より第3駐車場の場所が変わりました。



第3駐車場拡大図



東川口病院

外来担当医表

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	9:00~12:30	成田	成田	陳	成田	成田	白崎
		島田	相川	小菅	陳	小菅	木村
		相川	三宅	島田	山本	田島	池田
	14:00~17:15	本田					
肥満外来 (予約制)	14:00~17:00	陳	三浦	後藤	小菅	後藤	
		本田	三宅	川杉	山本	田島	
外科 消化器外科	9:00~12:30	内田	根岸	内田	根岸	吉岡	第1-3週 根岸 内田 第2-4週 内田 根岸
	14:00~17:15		根岸	吉岡		根岸	
整形外科	9:00~12:30	田辺	小川	田辺	池田	田辺	池田
	14:00~17:15	池田	西澤	椎名	中村	高木	高木
骨粗鬆症外来 (予約制)	15:00~16:30	小川	山本	椎名	中村	小川	
			木村				
脳神経外科	※平成25年9月17日、10月15日、11月12日、12月17日、平成26年1月14日、3月11日のみ中村Dr.が診察します。						
	9:00~12:30	中村	永島 ※上記参照	第1.3.5週 中村	永島	中村	永島
	14:00~17:15	永島	中村		中村	永島	
小児科	9:00~12:30	真野	真野	真野	真野	真野	第1.3.5週 真野 第2.4週 担当医
	14:00~17:15	稲毛			15:00から診察 担当医		
	予防接種 (予約制)		14:00~17:15 予防接種	14:00~17:15 予防接種	14:00~15:00 予防接種	14:00~17:15 予防接種	
皮膚科	9:00~12:30	11:00受付終了 清水	11:00受付終了 清水	11:00受付終了 岡本	11:00受付終了 清水	11:00受付終了 岡本	
	14:00~17:15	診察開始14:30 清水 受付終了16:00	診察開始14:30 清水 受付終了16:00	白石	診察開始14:30 清水 受付終了16:00	白石	
耳鼻咽喉科	9:00~12:30	川野	川野	狩野	川野	川野	川野
	14:00~17:15	川野	川野	狩野	川野	川野	
循環器科	9:00~12:30		橋本(予約制)		箱島	9:15から診察 横山	
	14:00~17:15		橋本(予約制)		箱島		
泌尿器科	9:00~12:30				林		
	14:00~17:15				林		

☆毎週火曜日の循環器科(橋本Dr)の診察は時間予約制とし、新患のみ随時受付します。

☆救急及び緊急手術等で診察時間が変更になる場合がございます。予め、ご了承下さい。

☆お電話での診察予約、お薬のご依頼は受けておりません。

※ 小児科「担当医」については、スタッフにお問い合わせ下さい。

※ 11月01日現在のもので、医師が急用等により変更する場合がありますがご了承ください。

変更の場合はホームページに掲載致しますので、そちらの方をご参照下さい。

編集後記

読書の秋、食欲の秋、スポーツの秋...と、秋ももうすぐ終わってしまいますが今年の秋は例年に比べ寒かった印象を受けました。朝晩共に寒く、私なんてもうダウンジャケットを出してしまいました。
さて、寒いとスポーツをして身体を温める方も多いと思います。今回の表紙は捻挫のお話ですので、スポーツしている方にとって大切な内容となっていると思います。もちろんスポーツしていない方も毎日の通勤や買い物、日常生活において捻挫をできる可能性だってあるわけですから、とっても大切な内容となっていると思います。
さあこれから冬本番。インフルエンザも流行る時期になってきますので、手洗いうがいだけでなく、マスクをして咳からの感染予防も心掛けてください。

地域活動委員会 安田 一平



上尾中央医科グループ
医療法人社団協友会 東川口病院

内科・外科・消化器外科・整形外科・脳神経外科・小児科・皮膚科
耳鼻咽喉科・循環器科・泌尿器科・リハビリテーション科・麻酔科

携帯電話サイト・QRコードから簡単アクセス!
是非ご利用ください。

〒333-0801
埼玉県川口市東川口2-10-8
TEL:048-295-1000
FAX:048-295-5501
http://www.e-kawaguchi-hp.jp



※東川口病院へのアクセス方法※

- ・JR武蔵野線東川口駅下車 徒歩5分
- ・埼玉高速鉄道(南北線直通)東川口駅下車 徒歩5分

