

変形性膝関節症

「やっぱり、ひざが痛いですがどうしましょう。」

変形性膝関節症は年齢と共に増加してくる疾患であり、痛みは慢性的に持続することが多いものです。慢性疼痛疾患の多い順番は、第一位が腰痛(26.6%)、第二位が肩痛(17.9%)、そして第三位が膝痛(10.7%)です。膝の痛みをとるためには人工膝関節置換術は優れた治療法なのですが、できれば手術はしない方法をご希望されることが多いと日々実感します。

それでは、どんな治療法が一番いいのでしょうか？

これまでは一般的には、薬物療法、運動療法、ヒアルロン酸などの注射療法、足底板などの装具療法などがあります。しかし、まず最初に大切なことは、減量と筋力強化の運動療法と考えます。

最近、圧力を測る装置を埋め込んだ人工膝関節を実際に人に埋めこんだ研究結果が出てきております。片方の膝には両足で立っているだけで、体重の1.07倍の圧力がかかっているようです。それは、重力だけではなく筋力の収縮により圧力が高まっているからのようです。

また、片足立ちをすると体重の2.59倍、階段の上りは3.16倍、下りは3.46倍の圧力に増えるそうです。

さらに、体重が増えると変形性膝関節症になるリスクがあがります。

そこで、みなさん。体重が気になっているかたは、適度な運動(ウォーキング、膝強化体操)を習慣にしましょう。

椅子を使った生活をし、長時間立ち続けないようにしましょう。

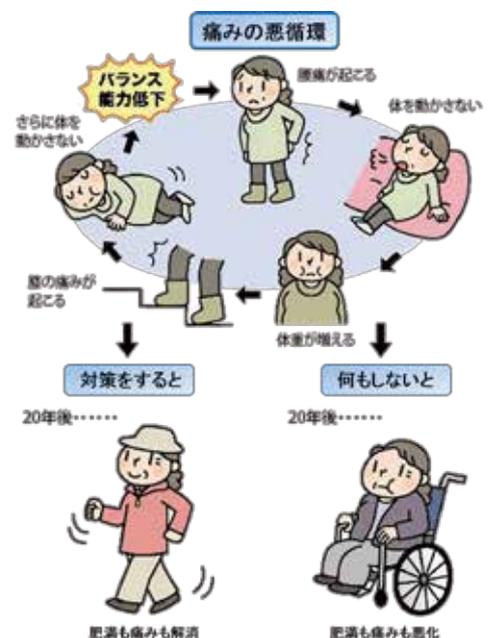
膝を冷やさないようにしましょう。

日に日に、暖かくなってきました。

さあ、今日から適度な運動と膝の筋力強化体操を始めることで、膝の痛みの悪循環を断ち切りませんか。



整形外科 小川 政明



出張リハビリ教室

2月27(月)草加市にある新栄団地にて出張リハビリ教室を行ないました。

2回目となった今回のテーマは「足裏健康法」です。昨今、いろいろな健康にまつわる情報がある中で“足”は非常に重要視されている部分です。足のトラブルを抱えている方は多く、放っておくと全身状態に影響する場合があります。そんな足について、体の構造を理解した我々、理学療法士の視点から、一般の方に分かりやすいように説明させていただきました。お一人お一人の足の状態を拝見し、それぞれに合ったセルフケアの方法をお伝えすることができ、大変盛り上がりを見せた教室になったかと思います。今後もリハビリテーション科は様々な形で地域を元気にしていきます!!

リハビリテーション科
薬師



医療機能評価受審

「病院機能評価をなぜ受審するの?」

まず、そこからが私達のスタートでした。何を目的に受審するのかわからないまま業務が増えて、お金がかかるだけにならない為に、院長や事務長、看護部長が中心となり、受審する意味を説明してきました。

一言で言うと「病院機能評価という“ツール”を利用しよう」です。病院機能評価とは、第三者の立場で、組織全体の運営管理および提供される医療について評価を行い、病院の位置付けや問題点を明らかにしてくれる機関です。病院機能評価という一つのツールを利用して、病院の体制や医療の質を改善し、地域に貢献したい!!という強い意志を職員へ説明してきました。一人一人が役割を十分に果たし、職員一丸となった結果、平成29年2月3日に認定病院となる事ができました。今後も地域に貢献出来るように頑張っていきたいと思います。

私は、医事課職員でファシリテーター役でした。一番苦労した所は、情報共有と周知徹底です。人それぞれの解釈が異なり、上手く連携が取れなかった事がありました。意思統一をする際は、まずコアメンバーで話しを詰め、関係者の意向を十分にリサーチしてから、大勢のいる所で同じ見解になるように説明をする事が必要である事を学びました。この経験はどんな場面でも当てはまり、病院機能評価を受審したおかげで知る事が出来たと思います。

平成30年度の診療報酬改定は、6年に1度の介護報酬との同時改定になるとともに、医療計画や医療保険制度改革など、関連制度の大きな節目となる重要な改定です。チーム医療が活発になると考えられ、よりスタッフ同士の連携が必要となります。病院機能評価で得た経験を生かし、一致団結して乗り越えていきたいと思えます。

医事課 鈴木



初めての講師を務めて

2月4日(土)午後、東川口病院主催による公開講座が開催され、私は初めて講師役を務めました。テーマは『脳ドックって何がわかるの?～倒れてからでは遅い!予防の重要性～』と題しまして、脳血管疾患の怖さ、そして健診の重要性や普段からできる予防にはどのようなものがあるか等をご紹介させて頂きました。

当日は216名と大勢の地域の皆様にご聴講頂き、また講座終了後も活発な質疑応答がなされ、大変有意義な公開講座になったのではないかと思います。今回の内容が、日常生活での過ごし方を見直して頂ききっかけとなり、皆様の健康の一助となれば幸いです。

次回は5月13日(土)戸塚公民館にて第18回公開講座を予定しております。内容は川口市戸塚保健ステーション、保健師様より『健康寿命って?～生活習慣病の予防から～』、ケアパートナー川口センター長、コルクット麻子様より『認知症かな?～こんなことに気を付けよう～』、当院整形外科医長小川より『やっぱり・・・ひざが痛い!どうしましょう?』以上3題の講演を予定しております。参加費無料、申込不要となっておりますので、皆様お気軽にご参加ください。

放射線科 後藤



BLS研修に参加して

今回、院内BLS研修に指導者として参加しました。BLS(一時救命)とは呼吸や循環をサポートする処置でその後の生命の予後に関わる重要な処置です。

研修では一つ一つの手技についてエビデンス(根拠)の説明を行い、実際に急変者の発見からAEDの装着まで皆さんに実践していただきました。

急変は院内に限らずどこで出会うかわかりません。急変に直面した時は焦らずに研修で学んだポイントを思い出して実践していただければと思います。

看護部 渡邊





東川口病院理念



皆さんに愛し愛される病院となること

理念の実行方法

- 1.適切な医療を实践、提供し、患者様の健康のサポーターになります。
- 2.近隣医療機関と連携を密にとります。
- 3.働き甲斐のある職場を皆でつくります。
- 4.人材の育成の機会をつくり、活気のある病院になります。
- 5.健全経営を維持し、継続して良質な医療を提供できるようにします。



東川口病院 外来診療について

【受付時間】 午前(8:00~12:30) 午後(13:00~17:15) 平成29年04月01日現在

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	
神経内科	午前					11:00受付終了 ○	
もの忘れ外来	14:00~16:30			○			
循環器科	午前	○	(予約制) ○	11:30受付終了 ○	○		
	午後		(予約制) ○		○	14:30から診察 ○	
整形外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	
骨粗鬆症外来(予約制)	15:00~16:30					○	
外科	午前	○	○	○	○	○	9:30から診察 ○
	午後		○	○		○	
消化器外科	午前	○	○	○	○	○	
	午後						
脳神経外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後			○			
皮膚科	午前		○		○		
	午後	○		○	○	○	
泌尿器科	午前				○		
	午後				○		
小児科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	15:00から診察 ○		第4週 15:00から診察 ○	15:00から診察 ○	
	予防接種(予約制)		14:00~15:00 予防接種	14:00~17:15 予防接種		14:00~15:00 予防接種	
耳鼻咽喉科	午前	○	○		○	○	○
	午後	○	○		○	○	

☆救急対応、緊急手術等でもむを得ず診察時間の変更となる場合がございます。
 ☆お電話での診察予約、お薬のご依頼はお受けしておりません。
 ☆各診療科の担当医師については病院ホームページを閲覧していただくか、総合案内までお問い合わせください。
 ☆その他ご不明な点等につきましては総合案内までお問い合わせください。

地域活動委員会から一言

春風のさわやかな季節を迎え、いかがお過ごしでしょうか。春風とともに花粉症の方には辛い季節の到来かと思えます。当院にも耳鼻咽喉科がありますので、辛い時は無理せず受診することをお勧めします。
 新年度を迎え、当院にも新しい仲間が加わりました。職員一同気持ちを新たに励んでいきたいと思えます。
 季節の変わり目となりますので、体調管理にはくれぐれも気を付けてお過ごしください。

地域活動委員会 中田



上尾中央医科グループ
医療法人社協友会 東川口病院

内科・神経内科・消化器内科・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

携帯サイト・QRコードから簡単アクセス!
 当院Facebookもあります!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

