



第18号

平成22年 4月

発信元：地域連携室

医療法人社団広恵会 春山外科病院

〒169-0073 東京都新宿区百人町1-24-5 TEL 03-3363-1661 FAX 03-3371-1021
<http://www.haruyama-hosp.com> e-mail : info@haruyama-hosp.com

ちゅうないしょう

肘内障って？

診療部 整形外科
土居 通忠

乳幼児によく起こる病気に肘内障（ちゅうないしょう）があります。2歳から4歳くらいに多くみられますが、7歳くらいでなる人もいます。典型的な症状は、親や兄弟が手を強く引っ張ったりしたあとに急に上肢の痛みを訴えて手が上がらなくなる、というものです。患者は患側の上肢を自分で動かすことができず、だらんと下げた状態で泣いているか不機嫌です。通常は転倒したりぶつけたという外傷歴がなく、肘周辺や肩に腫脹や圧痛はありません。肘に原因がありますが、肘の痛みを訴える患者はむしろ少なく、手首のあたりの痛みを訴える人もいます。手を引っ張った後に肩を上げなくなるためか、「肩が抜けた」と言って病院を受診するケースが多いです。

この病気は、肘関節にある橈骨が、それを包んでいる輪状靭帯から外れそうになることによって起こります。成人では腕を少しくらい引っ張っても橈骨が外れることはありませんが、乳幼児では靭帯が弱いのでどうしても外れやすくなります。7、8歳くらいでだんだん体が大きくなってくるとそういう問題は無くなります。外れるといっても完全に外れるわけではないので、レントゲンを撮っても正常とまったく同じように見えます。ですから、レントゲンを撮る意味は受傷機転がはっきりしないときに他の病気（肘周辺の骨折など）を否定するために撮ります。外傷歴がなく受傷機転から明らかに肘内障が疑われる場合はレントゲンを撮る必要はありません。

整復は簡単です。肘関節中央よりやや外側の橈骨頭部分を親指で前方から軽く圧迫しながら反対側の手で患者の前腕を回外させつつ肘関節を屈曲させていくと、橈骨頭を触れている親指に「コリッ」という感覚を触れて整復が完了します。その後から上肢が挙上できるようになりますので、このことをもって整復の確認とします。この整復ポジションはちょうど肘関節のレントゲン側面像を撮るときの肢位と同じですので、レントゲンを撮りに行かせると腕が上がるようになって笑顔で帰ってくることが良くあります。

すべての乳幼児が肘内障を起こすわけではないですが、起こしやすい子供はたびたび同じ症状で病院に来ることになります。そのような場合、親に整復方法を教えている医師もいますが、やはり病院を受診するように勧めたほうが良いでしょう。また、「コリッ」という明らかな整復感が得られず患者が上肢を上げない場合も一度自宅に帰してしばらく様子を見させると自然と整復されてまた上肢の挙上が可能となることが多いようです。



平成21年10月～平成22年3月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
外来患者延べ数	4,916	4,329	4,328	3,813	3,868	4,502	25,756
入院患者延べ数	1,674	1,571	1,683	1,614	1,508	1,692	9,742
搬送救急車台数	452	432	448	359	391	437	2,519
平均在院日数	14.7	14.5	13.2	15.7	13.8	15.0	16.9
手術件数	57	45	53	55	60	66	336

栄養科だより

内臓脂肪を増やさない「食事と運動」

現在、40～74歳のメタボリックシンドロームの該当者・予備群は約2000万人といわれ男性の2人に1人、女性の5人に1人に相当するそうです。便利な生活環境による運動不足や欧米化した食生活などから、摂取と消費のエネルギーバランスは崩れがちです。生活習慣を見直して、内臓脂肪を増やさないことが大切です。

1. 食べすぎない…腹八分目を目安に。

☆あなたの必要エネルギーは？簡易算出式があります。

標準体重（※1） × 身体活動量（※2） = 1日のエネルギー必要量（kcal）

（※1） 身長（m） × 身長（m） × 22 = 標準体重（kg）

（※2） 軽労作（デスクワークが多い人・主婦等） - 25～30（kcal）

普通の労作（立ち仕事が多い職業） - 30～35（kcal）

重い労作（力仕事が多い職業） - 35kcal～

2. 食事はバランスよく

エネルギー量だけを気にして偏った食事にならなければ意味がありません。必要な栄養素を過不足なく摂取できるよう、主食・主菜・副菜をバランスよく食べるようになります。

3. 続ける

無理せず気長に取り組みます。食事を抜いたり、まとめ食いをしたりせず、1日3食を規則正しく食べよう心がけましょう。

運動が苦手な方や、忙しい方は、日常生活のなかでの身体活動量を増やすことから始めてみるとよいかもしれません。しかし、「運動してカロリーを消費するから」といって食事の量を増やしてもよいわけではありません。表からも分かるように、摂取したエネルギーを運動で消費するのは、意外に大変そうです。運動と食事、両方に気を配ることが、メタボリックシンドローム予防の必須条件のようです。

80kcalを消費するのに要する運動時間の目安

	体重60kgの場合	体重50kgの場合
軽いジョギング	15分	18分
ランニング	11分	13分
ゴルフ	31分	37分
水泳	11分	13分
自転車（軽い負荷）	25分	29分

春山外科病院の理念と基本方針

病院理念

救急医療活動を中心とし、さらに地域に密着した急性期病院として、常に患者の皆様に安心で信頼される医療を提供できるよう努力してまいります。

基本方針

1. 急性期疾患と救急医療にあたる地域の中核病院として常に医療技術の向上を図り、最善の医療を提供できるよう努力いたします。
2. 患者様の権利を尊重し、患者様との信頼関係のもとで安全で納得のできる医療を確保するため、患者様自らにさまざまな医療の現場で、診療に積極的に参加していただき、患者様とのより良きパートナーシップを構築するよう心がけてまいります。
3. 医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を行い、適切な医療サービスを提供できるように努めます。
4. 地域の医療・福祉機関等との連携を強化し、地域のニーズに適応した医療を提供致します。
5. スタッフと病院がともに発展できる、働きがいのある職場を目指します。
6. 健全な経営を維持し、その成果を医療活動を通じて地域に還元します。

患者様の権利

当院では下記の患者様の権利を守ることを宣言します。

良質な医療を公平に受ける権利

患者様はだれでも社会的な地位、疾病も種類、宗教などにより差別されることはなく、適切な医学水準に基づいた安全かつ効果的な医療を受ける権利を持っています。

選択の自由の権利

患者様は担当の医師、病院等を自由に選択し、また変更する権利があります。また、いかなる治療段階においても、他の医師の意見を求める権利を有しております。

情報を得る権利

患者様には、自身の病状や治療について医療上の記載されている情報を受ける権利を有しています。また、納得出来るまでわかりやすく充分な説明を受ける権利があります。

自己決定の権利

患者様は、情報と医療従事者の誠意ある助言・協力を得たうえで、自己の自由な意思に基づいて、検査・治療その他の医療行為を受け、選択し、あるいは拒否する権利を有します。

プライバシーを保護される権利

患者様には、医療過程で得られた個人情報の秘密が侵されない権利があります。

尊敬を得る権利

患者様は、病を自ら克服しようとする主体として、その生命・身体・人格を尊重される権利を有します。また痛みをはじめとする苦痛の除去を受ける権利があります。

医療機関の皆様へ

《検査依頼》

CT、MRI、脳波など各種検査予約は、下記時間帯にお電話にて承ります。

平日 9:00～17:00（土曜日～16:00）

《入院依頼》

9:00～17:00の診療時間内の入院依頼は診療担当医又は鈴木が対応いたします。
夜間、休祭日は当直医が対応いたします。
その他のご相談は医療相談室で承ります。

編集後記

この時期になると木更津海岸周辺では潮干狩りのシーズンを迎えます。今はアクアラインの通行料も安くなり便利ですね。

たくさん採れたアサリは砂抜きをして味噌汁や酒蒸しにして最高です。

ここでは「中国で採れたアサリを漁業組合がまいている」って事は忘れましょう！

地域連携室長(副院長) - 岡田和紀

鈴木(秀) 合田 高原 土屋 内山 奥村 宮城
大比良 中田