



第27号

平成24年 7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

「つらい腰痛とその治療法」

診療部 麻酔科
後藤 英介

外来や救急を担当していると、腰痛に悩む方が多いことを実感します。

実は私自身も、腰痛で突然動けなくなり、救急車で病院に搬送され、そのまま入院したことあります。

その後手術を受けて腰痛は軽快しました。だからこそ、腰痛に悩む方の気持ちが痛いほどよくわかります。

腰痛の原因は急性腰痛症(いわゆる「ぎっくり腰」)、腰椎椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症、骨折や感染症、癌の骨転移、腎尿路系疾患など、整形外科的疾患以外にも外科的、内科的、泌尿器的救急など多岐にわたります。

何れにせよ、原因を検査し、適切な治療を行います。
ここでは主に、ペインクリニックにおける治療についてお話ししたいと思います。

ペインクリニックでは、急性期の腰痛と慢性期の腰痛に対して行う代表的なブロック注射は、硬膜外ブロックとトリガーポイントブロックです。



硬膜外ブロック

脊髄を包んでいる膜(硬膜)の外側のスペース(硬膜外腔)に局所麻酔薬や炎症を抑える薬を注入する方法です。腰から注入する場合(腰部硬膜外ブロック)と、お尻の少し上(仙骨部)から注入する場合(仙骨硬膜外ブロック)があります。

外来では1回注入(ワンショット)ですが、腰痛がひどくて入院した場合は、カテーテルというイヤホンのコードの半分位の細さの管を挿入、留置し、持続注入装置で持続的に薬液を注入します。

トリガーポイントブロック

筋肉が過度に緊張して凝り固まっており、指で押すと強い痛みを感じる部位(トリガーポイント)に局所麻酔薬などを注入する方法です。

当院ではこのようなブロックトリハビリや内服などを組み合わせた治療を行っております。
つらい腰痛にお悩みの方は是非、ご相談下さい。



平成24年1月～平成24年6月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
外来患者延べ数	3,950	3,912	4,153	3,846	3,870	4,060	23,791
入院患者延べ数	1,652	1,612	1,679	1,482	1,583	1,474	9,482
搬送救急車台数	533	472	526	477	392	420	2,820
平均在院日数	16.5	13.5	13.3	13.7	13.8	10.7	13.5
手術件数	60	71	76	53	79	73	412

夏の食中毒予防

気温が高いこの季節は食中毒が多発する季節です。発生の予防に努めましょう。今回は食中毒の予防のお話です。ポイントは「つけない・増やさない・殺す」です。



① 食品の購入

肉・魚・野菜などの生鮮食品は、消費期限を確認して新鮮なものを購入しましょう。特に温度管理が必要な肉・魚類は買い物の最後にカゴに入れるといいでしょう。

② 家庭での保存

冷蔵や冷凍が必要な食材は速やかに冷蔵庫に入れましょう。冷蔵庫の詰めすぎや冷凍庫の頻回の開け閉めにも注意して下さい。細菌の多くは10℃で繁殖がゆっくりになり、-15℃で繁殖は止まりますが、細菌が死ぬわけではないのでお早めの調理を。

③ 下準備

台所の整理整頓に努め、まな板や包丁も使用する前にもう一度洗い、清潔なふきんやタオルでキレイにしましょう。そして食品を扱う前後に石鹼などで手洗いを丁寧にすることが大切です。まな板も食材ごとにまめに洗い、消毒剤もあれば有効です。

④ 調理

暑い季節はできるだけ生食を避け、また加熱調理する食材は十分に加熱しましょう。加熱の目安は中心部の温度が75℃以上で1分以上加熱することです。電子レンジを使用する場合は、調理時間に気をつけ、熱が伝わりにくい物は時々かき混ぜたり容器を工夫しましょう。もちろん調理時も手洗いはお忘れなく。



⑤ 食事

盛り付ける食器や使用するお箸なども清潔を心がけてください。食事の前の手洗いも石鹼でしっかり洗って下さい。また、食品は室温に長く置いておくことは避けましょう。例えば大腸菌O-157の場合、室温でも細菌は15~20分で2倍に増えます。特に乳幼児やお年寄りの方は中毒症状は重くなりやすくなります。この季節は生肉はもちろん、加熱が十分でない食肉も食べさせない方が安全です。



⑥ 残った食品

食材を保管する容器もキレイに洗います。残った食品を温め直す時も十分に加熱しましょう。目安は75℃以上です。味噌汁やスープは沸騰まで加熱を。余計に作ることが多いカレーやシチューは特にウェルシュ菌に要注意です。入念に加熱して下さい。また、少しでも怪しいと思ったら思い切って捨てるように心掛けましょう。

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》

検査予約は、下記時間帯で承ります。

平 日 9:00～17:00
土曜日 9:00～16:00

CT、MRI検査は「放射線技術科」、
脳波検査は「臨床検査室」、
その他については「外来看護師」が
対応いたします。

《入院依頼》

緊急入院につきまして、9:00～17:00 の
診療時間内の依頼は診療担当医が対応
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、緊急性の少ない入院の相談は
療養支援相談室で承ります。

TEL : 03-3363-1661 (代)