

旭労災病院ニュース

病院情報誌 第 66 号 平成 23 年 5 月 1 日発行

発行所：旭労災病院

〒4888885

尾張国守山町北61番地

TEL 0561-54-3131

FAX 0561-52-2426

<http://www.asahih.rofuku.go.jp/>

患者自身による腰痛管理は可能か？

リハビリテーション科部長 長谷川 貴雄



本年1月1日より旭労災病院に赴任して参りました長谷川貴雄と申します。前任の東海記念病院では整形外科部長、医局長を務めておりました。当院では一般整形外科の他、脊椎疾患を専門とし、脊椎手術を担当しております。

私は最近マッケンジーエクササイズという治療法に興味を持っております。腰痛は2本足で歩行するようになった人間の運命のように考えられておりますが、ニュージーランド出身のROBIN McKENZIEはその著書「自分で治せる！腰痛改善マニュアル」(実業之日本社)の中で慢性的な腰痛に約10年悩まされた患者にそのエクササイズを実践してもらったところ、18ヶ月後には約80%の人の痛みが軽減したと述べています。

彼は腰痛の原因は不良姿勢による軟部組織のオーバーストレッチが原因と考え、伸展訓練や姿勢強制により組織の自然な修復を促そうとしています。また椎間板のゆがみや髄核のずれによって痛みを生じる「偏位症候群」いわゆる椎間板ヘルニアによる疼痛も解決できると考えています。それはうつぶせで寝ることから始まり肘をたてて体を反らし、その後手をついてさらに反らす、立って腰に手を当て体を反らすエクササイズ等、段階によってどのエクササイズをどの程度行うかを解説しております。さら注目すべきは、いままでの医療従事者主導の治療ではなく、患者主導で疼痛を管理することにより依存心をなくすことで再発を防止できると述べ、ある程度の状況を自分で把握するためのポイントや回復後その状況を維持するためのエクササイズについても解説している点です。

しかしエクササイズによる症状の悪化も懸念されるため、私自身、今の段階ではどの状況のどの年齢までの患者が適応となるか検討が必要と考えております。しかし特別な器具等を必要としないため登録医の先生方も一度御検討いただき、情報交換などできれば幸いです。今後ともよろしくお願い申し上げます。

ABCからCABへ

循環器科副部長 水野 広海



平素は病診連携にご協力いただき誠にありがとうございます。

昨年2010年はアメリカ心臓病協会が作成した心肺蘇生ガイドラインであるBLS・ACLSの5年に一度の改定の年にあたりました。内容的には概ね2005年版を踏襲している印象ですが、大きく変わったのが表題にありますABCからCABへの転換ではないでしょうか。

従来の心肺蘇生ではA (Airway: 気道) B (Breath: 呼吸) C (Circulation: 循環)の順に確認・確保してゆくとされてきました。しかし、心肺蘇生が必要となる原因疾患の多くが心室細動もしくは無脈性心室頻拍であり、胸骨圧迫のみ行う心肺蘇生(ハンズオンリーCPR)の有効性が示されるなど循環維持の重要性が増してきたことから今回の改定ではまず循環の維持が最優先されることとなりました。つまりCから始めることが推奨されることになりました。

具体的には

(旧) 意識の確認→気道確保→呼吸の確認→2回の人工呼吸→脈拍のチェック→胸骨圧迫＋人工呼吸(30:2)→AED使用

(新) 意識の確認→脈拍のチェックをしつつ、正常な呼吸がないか確認→すぐに胸骨圧迫＋人工呼吸(30:2)→AED使用

このように2010年版では呼吸確認の重要性が低くされており、意識の確認の間に手短かに呼吸の確認をします。ここでは呼吸が無いか正常な呼吸ではないかを目視のみで行います。

(2005年版でおこなった”見て・聞いて・感じて”の確認は不要で気道確保も行わないと簡略化されています)

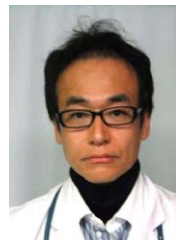
AEDは到着後すぐに使用する点は変更ありません。

このほかの変更点としてはBLSでは胸骨圧迫のテンポが意外と難しかった100/分から100/分以上へ変更、胸骨圧迫は4～5cmと指定がありましたが5cm以上と深く行えばよくなるなど全体によりわかりやすく可能な範囲で簡略化されているものと思われます。

最近では先生方のクリニックにもAEDの設置されることが多くなってきております。院内急変への対応後は当院まで救急搬送いただきますようお願い申し上げます。全力で対応させていただきます。

循環器科着任の挨拶

循環器科医師 森本 高太郎



H14 に名古屋市立大学を卒業し県立岐阜多治見病院、大学病院循環器、大学病院総合診療科、東部医療センター東市民病院を経て今春旭労災病院に赴任してまいりました。東市民病院当時は循環器疾患患者の24時間受け入れだけでなく事前管制A,Bとも循環器科が担当しており科を越えた救急医療全般に携わってきました。前院赴任当初救急搬送台数など現在の当院と似たりよったりでしたが昨年度は市内搬送台数は第一日赤、中京などを抜いたとのことでした。

当院は人材およびシステムの面で決して大きな規模でないためたくさんの受け入れはできなくともいろいろな形で地域に貢献できる医療を目指したいと考えています。幸い当旭労災病院は研修医やレジデントが病院規模の割に充実しておりながら大学病院分院のようでもあり日ごろお困りの症例、教育的な症例、是非ともご紹介いただければと考えております。よろしくお願ひ申し上げます。

呼吸器科着任の挨拶

呼吸器科医師 土方 寿聡



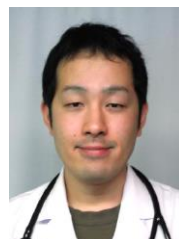
初めまして。4月より赴任となった土方寿聡と申します。

平成19年名古屋市立大学を卒業し、名古屋第二赤十字病院で研修医・呼吸器内科を経て今回旭労災病院へ赴任となりました。

まだまだ経験も浅く御迷惑をおかけすることもあるかとは思いますが、一生懸命頑張っていきたいと思ひます。今後ともよろしくお願ひ致します。

内科着任の挨拶

内科医師 小栗 太一



皆様はじめまして。4月より旭労災病院の内科に新しく赴任まいりました、小栗太一と申します。

旭労災病院は若い医師が非常に多く活気に満ち溢れており、スタッフや病院全体の雰囲気も、とてもあたたかい病院だと感じております。

私は、外来においては一般内科外来を担当させて頂いておりますが、地域の先生方と緊密な連携を大切に、また住民の皆様の健康に貢献できるよう、誰もがハッピーになれる医療を目指して、これから精一杯頑張っていきたいと思ひます。何卒よろしくお願ひ申し上げます。