



ゆきぐに大和病院だより

理念

私たちは、自然のうるおいの中で、
人それぞれの希望に満ちたくらしを支え、地域医療を推進します。

2013
12月号

関節リウマチの治療について

整形外科部長 日比野 豊

一昔前まで関節リウマチは治らない進行性の病気といわれ、名前も慢性関節リウマチといわれていました。治療法に關しても、現れる症状や、病気の症状の進行や活動性(病勢)に対応して薬を強めていく方法がとられてきました。しかし、関節リウマチの、骨の破壊は、発症してから2年ほどの間に急激に進むことがわかってきたため、最近のリウマチ治療は可能な限り早期に診断をつけ、初期のうちから可能な限り強力な治療によって病勢を抑え込み、その後低活動性を維持する方法が推奨されています。強力な治療とは、免疫抑制剤や生物学的製剤(サイトカイン阻害薬)などを使用した治療であり、きわめて強い抗炎症作用と免疫抑制作用がある薬剤を使用した治療であります。強い効果の反面、副作用の出現も懸念されます。

今回は関節リウマチ治療の中でお薬による治療、特にサイトカイン阻害薬を中心にお話をいたします。関節リウマチでは主に痛みを軽減する薬と、免疫の異常に働きかけて、修正する作用がある薬があります。関節リウマチの患者さんは、関節の痛みが悩まされています。痛みを軽減することが大切ですが、痛みを軽減する薬には、病気の根本にある免疫の異常を修正したり、骨の破壊を防いだりする効果はありません。そのため、関節リウマチ薬を中心に使い、骨の破壊の進行を食い止めることがより重要と考えられています。関節リウマチ薬には、複数のタイプがあります。とりわけサイトカイン阻害薬は新しいタイプの薬で、従来の薬では効果が得られなかった患者さんにも効果が出ると期待されています。

サイトカインとは、免疫などに關するさまざまな物質の総称です。サイトカイン阻害薬は、その中でも関節の炎症を引き起こす特定のサイトカインの働きを妨げて、関節の炎症や、骨や軟骨の破壊が進むのを抑える効果があります。現在、関節リウマチに適応のあるサイトカイン阻害薬は4剤あり、作用するサイトカインの種類や、薬の形態、使用方法などが異なっており、患者さんの病勢にあった薬剤を選択しております。

サイトカイン阻害薬を使う場合は、免疫の働きが抑制されるので、肺炎や結核などの発症に十分な注意が必要です。また、発疹・頭痛・吐き気などの副作用が起ることがあります。さらに、サイトカイン阻害薬は、すべての患者さんに効くわけではありません。患者さんによっては、効果を待たれないこともあります。また、薬の値段が高く、健康保険の3割負担の場合で月に数万円かかります。これは、製造法が特殊で、製造コストが高いためです。関節リウマチでは、関節の痛みや腫れ、炎症などがない状態を寛解といえます。かつて、痛みを半分軽減できればよいとされる時代もありました。しかし、関節リウマチ薬が使われるようになり、薬を使いながら寛解の状態を維持することも不可能ではなくなりました。さらに、サイトカイン阻害薬が使われるようになり、寛解の状態が5年ほど続いたあと、薬を使わずにすむようになる患者さんも出てきております。薬を使わなくても寛解が維持される状態は、完治に近い状態であるといわれています。

適切な治療を行うためには、リウマチ専門医に受診していただくことが大切です。

リウマチ科(外来)の診療について

11月から、従来からの土曜日(第1・第3)、予約制のリウマチ外来のほか、毎週水曜日に一般受付による診療を開始しました。

担当医師と診療時間は下記のとおりで、水曜日は内科系、土曜日は整形外科系の診療となります。

◎診療日時・担当医師

診療	曜日	水曜日		土曜日
	対応週	第1・第3・第5	第2・第4	第1・第3
受付		8:00~11:00 13:00~15:00	8:00~11:00	予約制
診療		9:00~12:00 13:00~15:30	9:00~12:00	9:00~12:00
担当医師		後藤 眞		日比野 豊
診察室		「泌尿器科」と診察室を併用します。		整形外科

日本整形外科学会では、リウマチ専門医制度があり、定期的な学習会などにより最新治療の情報更新を行っております。



診療日のご案内

入院患者さまとの面会は、
月曜日～金曜日：15：00～20：00、
土曜日・日曜日・休日13：00～20：00
となります。（時間厳守）

説明

診療科に対する曜日欄の記載は、○＝診療日、—＝休診となります。
○と（休診有）の記載がある場合は、当月に臨時休診があります。備考欄で、休診日をご確認ください。
また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日		
一般外来	予約外	○	10名で 受付終了	○	○	○	新患のみ	8:00～10:00	㊸㊹㊺9:00～ ㊻㊼㊽10:20～	※一日15名で受付終了	
	予約	○	○	○	○	○	—	予約方法は、P3上「予約 または予約変更について」 をご参照ください。			
専門外来	脊椎	—	3日・17日	—	—	—	—	予約制 予約方法は、P3上「予約 または予約変更について」 をご参照ください。	10:20～		
	上肢	—	—	—	○	—	—		9:00～		
	足	—	—	—	—	—	14日				
	退院後	○	—	—	—	—	—				
	人工関節	—	—	○	—	—	—				
	骨粗しょう症	—	—	—	○	—	—				

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	○	—	—	7日・21日	㊸8:00～11:00 ㊹予約制	9:00～	
午後	—	—	4日・18日	—	—	—	13:00～15:00	13:00～	

形成外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	—	—	—	○	—	13:00～14:30	13:30～	

リハビリ テーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	—	—	—	○	—	予約制	9:00～	

★子どもの予防接種日程

予防接種	接種日	受付時間	接種時間
3種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風)	12月6日(金)	13:20～ 14:00	13:30～
	12月20日(金)		
ポリオ	12月6日(金)		
	12月20日(金)		
4種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	12月6日(金)		
	12月20日(金)		
麻しん・風しん混合 1期 2期	12月27日(金)		
日本脳炎	12月13日(金)		
B C G	12月27日(金)		

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

病院休診日のお知らせ

16日(月)第3月曜日

23日(月)祝日・天皇誕生日

30日(月)～1月3日(金)年末年始休診

※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右「備考・休診日」欄でご確認ください。

※予約が必要です。予約・お問い合わせは、医事課まで。

※小児のヒブ、肺炎球菌、中学生の子宮頸がん予防接種は上記日程全般で行います。

病院の「なぜ？」
皆さんの疑問に
お答えします

外来編

「整形外科の 受付制限」について

Q 予約外の新患が先着10名や15名で受付終了となるのは、おかしいと思いませんか？

先日、9時に着いたらすでに受付終了でした。遠隔地から高速道路で余裕をもって来たつもりでしたが、間に合いませんでした。

私以外にも同じような人がたくさんいるのではないのでしょうか。できれば「何時まで受付」の方が良いのではないのでしょうか？

A 常勤医1名という診療体制の事情により、患者さまにはご協力をお願いしています

当院の整形外科の診療体制は、現在常勤医師1名と外部からの応援医師により、外来診療と入院診療を行っています。限られた医師で多くの患者さまの診察をしているため、予約外の受付を1日15名まで（火曜日は10名まで）と制限せざるを得ない状況にあります。

このような診療現場の実情をどうかご理解いただき、ご不便をおかけしますがご協力をお願いいたします。



平成25年12月

診療科

予約または予約変更について

受付日時：予約または予約変更をしたい診療科が診療している日の、
月～金曜日の午後2時～4時（歯科は歯科の受付欄参照）
方 法：電話にて受け付けます。
※予約変更は、「やむを得ない」場合に限ります。

ゆきぐに大和病院 代表
TEL 025-777-2111
FAX 025-777-3853

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	○	○	○	8:00～ 11:00	9:00～	
内分泌 糖尿病	午前	○	○	○	○	○			13:00～14:00
	午後	—	—	—	○	—			
循環器科	○	備考参照	○	○	—	14日・28日	8:00～ 11:00	9:00～	火曜日＝予約制
腎臓科	—	—	—	—	13日・27日	14日		10:15～	
呼吸器科	—	—	—	○	—	○		9:00～	
神経内科	○	○	—	○	○	—			初診は予約が必要
睡眠時無呼吸	—	—	—	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	13:30～	

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○	○	○	○	○	○	8:00～11:00	9:00～	
午 後	○	○	○	○ (休診有)	○	—	13:00～14:30	13:30～	休診＝5日(木)、19日(木)

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	—	○	—	○ (休診有)	○	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	9:00～	休診＝26日(木)
メモリークリニック	○	—	○	—	○	—		⑩⑪9:30～ ⑫13:30～	
高次脳機能障害科	9日	—	—	—	—	—		13:30～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
胃腸科 肛門科	○	○	○	○	○	○	8:00～11:00	9:00～ 第1・3④ 10:00～	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	午 前	○	24日	○	—	○	8:00～11:00	9:00～	
	午 後	—	—	—	—	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	14:00～	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:00～11:00	9:15～	予約優先
予約制	—	○	○ (休診有)	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	⑩9:15～ ⑪⑫10:30～	休診＝25日(木)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
予約制	—	—	—	—	—	○	予約制 (電話予約可 月～金曜日 14:00～16:00)	9:00～	当院眼科医師より 再診の指示がある方のみ

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	—	—	—	—	—	○	8:00～11:00	9:00～	
午 後	—	○	—	○	—	—	13:00～15:00	14:00～	
皮膚科	—	○	○	—	○	—	8:00～11:00	9:00～	
泌尿器科	—	—	—	○	—	—			

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日	
歯科・小児歯科	○	○	○	○	○	○	予約制 (電話予約可 10:00～12:30 13:30～16:00)	9:00～		
矯正科	—	—	4日・11日・ 25日	—	—	—				
歯科口腔外科	○	○	—	○	○	○				

トピックス

優雅さ、美しさ

菊の花のお出迎え

魚沼菊花展・浦佐菊まつりにおいて
厳正な審査により選考された菊の優秀
作品が病院正面玄関入口に展示され、
訪れる皆さまを出迎えてくれました。
浦佐菊まつり実行委員会さまのご厚
意により、当院での展示は毎年恒例と
なっております。

多くの菊育成家・愛好家の皆さまが
一年間丹精込めて育て展示された約一
千鉢から選ばれた作品で、その美しさ、
優雅さに、足を止めて鑑賞する方が多
く見られました。



ボランティアの皆さまの協力のおかげです

— シルバー人材センター —

10月17日、シルバー人材セン
ター会員の皆さまにより、病院敷
地内の除草・草刈り、樹木剪定、
側溝の泥上げなどボランティア
作業をしていただきました。あり
がとうございました。



当院では、今回のほかにもいろ
いろな作業のお手伝いをしてい
ただいております。
ゆきぐに大和病院は、大切に
思ってくださいる皆さまに支えら
れております。

リハビリ豆知識

作業療法士が伝えたい

「肩の痛み」について

リハビリテーション科 作業療法士 井口一樹

○痛みの原因

肩の痛みといってもさまざまな原因が
あります。中でも当院でも多く見られる肩
関節周囲炎（一般的には四十肩・五十肩）
を中心に話をしたいと思います。

そもそも肩の関節は腕の骨・肩甲骨・
鎖骨の三つの骨から構成され、その周りに
ある筋肉、靭帯、関節を覆う袋などの組織
によって支えられています。これらの組織
が加齢や過度の負荷によって損傷し、炎症
を起こすことで痛みを感じることが多く
あります。

○日常で気を付けること

みなさんは痛い時は動かさない方がい
いと思いませんか？痛みがあるから
といってまったく動かさずにいると、関節
周囲の柔軟性が低下し、関節拘縮という状
態になってしまいます。関節拘縮は一度引
き起こすと柔軟性を取り戻すのに時間を
要します。

痛みが強くなるらない程度に肩を動かし、
関節拘縮の予防を図ることが大切です。

○自宅でできる運動

①振り子運動【1セット 1分間】

〈写真1〉

・軽めの重り(0.5kg〜1kg程度)を持ち、
腕をだらんと下げて、振り子のように
ゆっくり前後左右に振ります。

※腕の力を抜いて、身体をゆすつて腕を
動かしましょう。

②壁押し運動【1セット 10回】

〈写真2〉

・手を伸ばして両手を壁につきます。
・左右均等に体重をかけていき、肩の関節
を動かします。

※左右の肩甲骨を近づけるように意識
しましょう。

写真1



写真2



痛みが強くなるらない範囲で、無理せず続けましょう

○おわりに
肩の痛みは肩関節周囲炎以外にも腱板
損傷、脱臼、頸椎の変性など原因は多岐に
わたります。強い痛みや1週間以上続く痛
みがある時は我慢せずに早めに受診しま
しょう。

