



南魚沼市

自然・人・産業の和で築く安心のまち

【ウェブサイト】

南魚沼市民病院 <http://www.minamiuonumahp.jp/>

ゆきぐに大和病院 <http://www.yukigunihp.jp/>

11月号  
2016

# 病院だより

## 変形性膝関節症のお話

〜後編〜

南魚沼市民病院 整形外科部長

日比野 豊

中高年の病気のひとつ、膝が痛む膝関節障害は女性に目立ち、悪化すると歩行や寝起きにも困難をきたします。軽傷の内は「年のせい」と放置しているケースも多いのですが、症状が進むにつれて、体を動かしたり外出するのがおっくうになったり、肥満など生活習慣病を併発する恐れもあります。

膝関節障害のうち最も多いのが「変形性膝関節症」という病気です。膝へのストレスが多くなりすぎた場合やストレスが片寄ったり、集中したりした場合に起こります。今回は変形性膝関節症に対する治療方法を保存的治療と手術的治療「人工膝関節置換術」をご紹介します。

日本では人口の高齢化とともに変形性膝関節症が増え、男性と女性の比率では圧倒的に女性に多く発症します。特に膝関節の内側に痛みを訴える方が大勢います。女性の骨盤は出産に適したように広がって出ています。このために膝にかかる負担が内側に多くかかる仕組みになっているためだとされています。

医学的にこの病気は、関節軟骨の退行変性が原因といわれています。具体的な症状としては、歩行時の膝痛、膝を動かすときの痛みで、徐々に下肢がO脚、X脚に変形してきます。膝に水がたまることもあり、重症になると夜間痛も出現します。

このため、日常生活においては、走ることはもちろん、正座することもできません。歩くことも制限があり、そのような動作を伴うさまざまな機会を犠牲にしておられます。外出では、バスの乗り降りに困難

を伴う方が多いです。QOL(生活の質)への影響としては、生活習慣病の予防や治療としての散歩が充分にできない、楽しみづらく、外出先では洋式トイレを探さなければならぬなどのお話をよく耳にします。最初の治療は病院での薬物治療としての鎮痛剤の内服やシップ剤の外用、ヒアルロン酸製剤の内服注射が主です(保存的治療)。その他、栄養補助剤として関節の成分であるコンドロイチンなどが市販されていますが、関節は血管と交通がなく、内服では十分な薬物効果が表れにくいと考えられています。

こういった保存的治療の効果を見るのは数ヶ月〜半年かかります。効果が無い場合や関節が高度に破壊されていることがX線検査で分かった場合には、人工膝関節置換術が次の治療法になります。関節内に異物を入れる手術ですので、関節内に化膿性疾患がある方にはできません。人工膝関節置換術は破壊された関節の骨を切除して、コバルトクロム合金やチタンなどの金属とポリエチレンでつくられた人工の関節を自分の膝に入れ替える手術です。膝関節全体(大腿骨(太もも側の骨)、脛骨(スネ側の骨)両方の部分)を置き換える全置換術と関節の一部を置き換える単顆置換術の2通りがあります。人工膝関節に体重がバランス良くかかるように大腿骨、脛骨との角度の正確さが大切です。当院ではコンピュータを応用して、より正確な手術を行っております。

人工膝関節置換手術にかかる時間は3時間程度(実際の手術時間は1時間半)です。接合の方法は、基本的に骨を自然再生させて人工関節と一体化させる方法で行っております。骨が弱っている場合は骨セメントを使用して結合することがあります。また手術に際して輸血の必要があります。当院ではご自身の血液を蓄えておいて

術後に戻す自己血輸血を行っております。一般に長期にわたる症状の影響で、靭帯や筋肉など膝関節周辺の機能が衰えていて膝の動きが正常でないことが多く、手術を行っても膝の曲がりはせいぜい直角までといわれておりますが、術後早期のリハビリテーションで直角以上の曲がりを得ている患者様が大勢いらっしゃいます。訓練次第では正座が可能となる方もいらっしゃると思います。手術療法が一番の効果は痛みが取れることです。痛み自体をゼロにすることは難しいことですが、少なくともお薬を必要としなくなる程度の改善は得られるでしょう。さらには変形が矯正されて姿勢が良くなります。歩行能力などQOLもアップします。

これまでは人工膝関節について簡単に説明しましたが、人工関節には今後解決しなければならぬ課題があります。その課題のひとつに人工関節に用いられるポリエチレン(人工軟骨)の耐久性の問題があります。ポリエチレンがすり減るために耐久性は15〜20年と考えられております。近年ポリエチレンの材質の研究が盛んに行われ耐久性は飛躍的に伸びましたが、活動性の高い若年者に手術を実施した場合には定期的な検査を行い、適当な時期にポリエチレンを入れ替える必要が生じることがあります。

人工膝関節置換術は緊急に行う手術ではないので十分な手術計画を立て万全な状態で手術に望むために約2ヶ月前より準備を始めます。準備には全身状態のチェックや自己血貯血、リハビリテーションの術前介入などがあり、患者様ご自身はもとよりご家族の協力が必要不可欠です。整形外科では安心して治療が受けられるようにご質問には丁寧に対応するよう心がけております。膝の痛みでお悩みの方はお気軽にご相談ください。



日本医療機能評価機構

# 診療科・診療日のご案内

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。

**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。  
（備考参照）の記載がある場合、当月に臨時休診等がありますのでご確認ください。  
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。  
※予約外で一日2科受診（併診）を希望される場合は、午前10時までに受付をしてください。  
受付が午前10時を過ぎますと、2科目の受診ができない場合があることをご了承ください。

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	○	8日・22日	○	－	○	5日・19日・26日 (新患者のみ)	①②③④8:30～10:00 ⑤8:30～11:00 ⑥13:00～15:00	①②③④9:30～ ⑤9:00～13:30～	※一日15名で受付終了 但し、火曜日は受付制限なし
予約	－	－	○	10日・24日	○	－	電話での予約受付は できません	①②9:30～ ③14:45～④13:30～	
専門外来	－	8日・22日	－	－	－	－	予約制  (電話での予約受付は できません)	10:45～	
脊椎	－	－	－	○	－	－		9:30～	
上肢	－	－	－	－	－	12日		9:30～	
足	○	－	－	－	－	－		9:00～	
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	－	－	○	－	－	－	8:30～11:00	9:00～	
午後	－	－	○	－	－	－	13:00～15:00	13:00～	

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	午前9:00～ 午後13:30～	

## 午後診療の新患受付について

眼科、耳鼻いんこう科、皮膚科の午後診療において、受付時間の1時間前から外来受付で「総合受付順番票」を配布します。  
受付時間になりましたら、番号順に受付を開始します。  
皮膚科は、人数制限していますので、受付できない場合があります。

入院患者さまとの面会は、13:00～20:00です。

## 病院休診日のお知らせ

- 1日(火) 創立記念日
- 3日(木) 文化の日
- 21日(月) 第3月曜日
- 23日(水) 勤労感謝の日

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

## インフルエンザ予防接種のお知らせ

インフルエンザ予防接種は、集団接種にて行います。  
予約は、月～金曜日（第3月曜日、祝日を除く）の午前8時30分から午後5時まで総合受付窓口または電話にてお受けいたします。

### ◎高校生以上・一般の方【予約制】

- 12月末まで（毎週火・木・金曜日 週3回）
- ・11月の接種日 4日(金)、8日(火)、10日(木)、11日(金)、15日(火)、17日(木)、18日(金)、22日(火)、24日(木)、25日(金)、29日(火)
- ・受付時間：午後2時15分～2時30分 ・接種時間：午後2時30分～

### ◎中学生以下の方【予約制】

- 11月第1週（11/4）から来年1月末まで（毎週金曜日）
- ・11月の接種日 4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)
- ・受付時間：午後2時30分～3時 ・接種時間：午後2時30分～
- ・母子手帳を忘れずにお持ちください。
- ・必ず保護者が同伴してください。

## 病院職員募集

南魚沼市病院事業では下記のとおり職員を募集しています。

- 1 募集職種  
薬剤師・臨床検査技師・細胞検査士・言語聴覚士 各1名程度
- 2 応募要件  
①地方公務員としての欠格事項に該当せず、それぞれの資格を有するか取得見込みのもの。  
②薬剤師は、昭和51年4月2日～平成5年4月1日に生まれたもの。その他は、昭和57年4月2日～平成8年4月1日に生まれたもの。
- 3 試験日  
後日通知します
- 4 その他  
詳細については、南魚沼市民病院庶務課庶務係に問い合わせください。

**市民講座** テーマ「私らしい老い支度」～フレイル予防から終活まで～  
11月5日(土) 午後2時～4時  
場所：コミュニティホール さわらび  
講師：(財)長寿社会開発センター 石黒秀喜氏

## 子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌・二種混合（ジフテリア・破傷風）	11月7日(月)	12:30～ 13:00	13:00～
三種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風）	11月14日(月)		
四種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ）	11月28日(月)		
麻しん風しん混合（1期・2期）・BCG・ポリオ	11月4日(金)	13:00～ 13:30	13:30～
日本脳炎・水痘・おたふく・ロタウイルス	11月11日(金)		
A型肝炎・B型肝炎・子宮頸がん	11月18日(金)		
	11月25日(金)		

※予約が必要です。予約・問合せは、医事課までお願いします。  
※接種者数が限られておりますので、お早めにご予約ください。



平成28年11月

# 南魚沼市民病院

## 予約変更について

○再診予約の変更は、変更枠がないため受け付けておりません。  
 ただし、「予約制」の表示のある診療科は、その科にご連絡ください。  
 連絡は、月～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。

南魚沼市民病院 代表

TEL 025-788-1222  
 FAX 025-788-1231

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
初診外来	○	○	○	○	○	○	8:30～11:00 (午前のみ)	9:00～	
予約外来 (一般内科及び 専門外来)	○	○	○	○	○	○	午前8:30～11:00 午後13:00～15:30	午前9:00～ 午後13:30～	
受診にあたって の注意点	専門外来は、腎臓内科、呼吸器内科、循環器内科、神経内科、内分泌糖尿病外来、睡眠時無呼吸外来があります。 いずれもすべて完全予約制となります。 他院からの紹介状をお持ちの方を含めて、専門外来を受診希望の方は、医療連携室にご連絡いただき、受診予約をお願いします。 専門外来をご希望でも、まずは初診外来をご案内することがありますので、ご了承ください。								

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	○	○	—	○	—	—	予約制	㊦㊧9:00～ ㊨㊩14:00～	
メモリークリニック	○	—	○ (備考参照)	—	○	—		9:30～	休診=30日(水)
高次脳機能障害科	14日・28日	—	—	—	—	—		14:00～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:30～11:00	9:00～	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	午前	○	○	○	○	—	8:30～11:00	9:00～	
	午後	—	—	—	—	○	予約制	14:00～	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:30～11:00	9:00～	予約優先
予約	—	○	○ (備考参照)	○	—	—	予約制	9:30～	休診=30日(水)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○	備考参照	○	○	備考参照	—	8:30～10:00	9:00～	火曜日、木曜日午後、 金曜日=予約制 電話予約可 休診=4日(金)
午 後	○	備考参照	○	備考参照	備考参照	—	13:00～15:00	13:30～	

耳鼻いんこう科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
	—	○	—	○	○	○	㊦㊧13:00～15:00 ㊨8:30～11:00	㊦㊧13:40～ ㊨9:00～	
皮膚科	○	—	—	○	—	5日・19日	㊦㊧13:30～14:30 ㊨8:30～10:45	㊦㊧14:00～ ㊨9:00～	※受診状況により受付制限あり
泌尿器科	—	○	—	—	4日・11日・ 25日	—	予約制 〔電話予約可〕	9:30～	※予約変更は、火曜日・金曜日の 9:30から12:00まで

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
歯科	○	○	○	—	11日・25日	12日・26日	予約制 〔電話予約可〕 〔月～金曜日の 午後2時～4時〕	午前9:00～ 午後13:30～	月曜日、水曜日=午前のみ
歯科口腔外科 (備考参照)	○	○	○ (備考参照)	○	4日・18日	5日・19日			

# ゆきぐに大和病院のご案内 11月

## 予約変更について

○再診予約の変更を受け付けます。  
 ただし、条件により受けられない場合があります。  
 連絡は、火～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。  
 (歯科は歯科の受付欄参照)

## ゆきぐに大和病院 代表

TEL 025-777-2111  
 FAX 025-777-3853

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。

## 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。  
 (備考参照)の記載がある場合、当月に臨時休診等があります。  
 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。

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○	○	—	7:30~8:30	8:00~10:00	
午前	○	○	○	○	○	○	8:30~10:00	9:00~12:00	
午後	—	予約制	—	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
夕診療	—	○	○	○	○	—	16:30~18:00	17:00~19:00	
腎臓内科	—	—	—	—	4日・18日	12日	予約制	9:00~12:30	
禁煙治療	—	—	—	予約制	—	—	予約制	17:00~18:30	

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	○	予約制	○	予約制	○	○	8:30~10:00	9:00~12:00	
午後	—	予約制	○	—	○	—	13:00~14:30	(火)13:30~16:00 (水・金)13:30~15:00	

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	予約制	予約制	—	—	—	予約制	予約制	9:00~12:00	
午後	—	—	予約制	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
メモリークリニック	—	予約のみ	予約のみ	—	—	—	予約患者のみ	(火)15:00~16:30 (水)13:30~16:00	
睡眠時無呼吸	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	14:00~15:00	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	予約のみ	17日	—	5日・19日	予約患者のみ	9:00~12:00	

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	—	5日・19日	予約患者のみ	9:00~12:00	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	9:00~9:30	
午後	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	15:00~16:30	

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
午前	—	—	9日	—	—	—	予約患者のみ	9:00~12:00	

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	予約制	9:00~12:00	休診=12日(土)
午後	—	○	○	○	○	—	電話予約可 10:00~12:30 13:30~16:00	13:30~16:00	

※電話で予約ができますが、月曜日の午後と土曜日の午後は休診のため、電話予約はできません。

## 病院休診日のお知らせ

3日(木) 文化の日  
 23日(水) 勤労感謝の日

※各診療科の休診日は、上記、診療予定表でご確認ください。

入院患者さまとの面会は、  
 13:00~20:00です。