

ウインターコンサート 2019 のようす

【開会あいさつ】



遠藤 院長

《司会》



齋藤先生(研修医1年目)



四ツ柳先生(研修医1年目)



青森市民病院

ウインターコンサート2019

令和元年12月15日(日)



高坂助産師

横山助産師



司会 須藤看護局長



青森市民病院ウインターコンサート2019

助産師による産科病棟等の紹介

令和元年12月15日(日)



倉館麻美さんによる歌のステージ



ゲスト 小野寺 晃彦 青森市長

pretender



工藤 健(VO)



南 収(VO)

青森地域医療連携バンドライブ



竹森 弘光(VO)



成田 祥耕(VO)



岩谷道生(SAX)



ゲスト GMU(青森市観光大使)



先生 教えて!

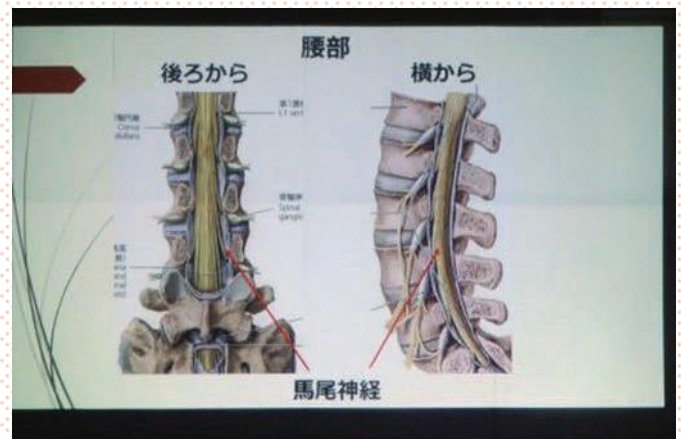
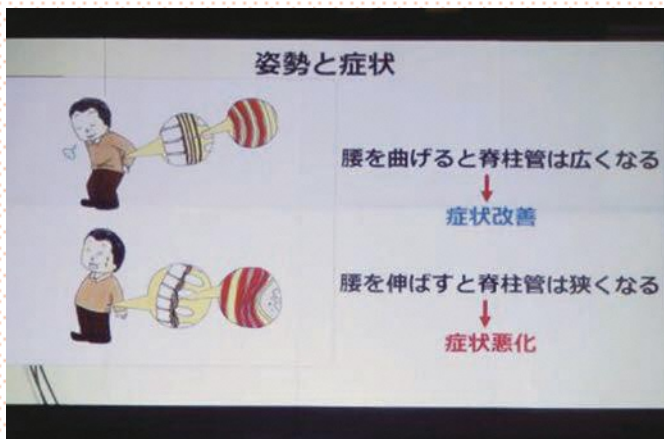
腰部脊柱管狭窄症について

整形外科 山崎義人



腰部脊柱管狭窄症とは?

背骨には脳から続く神経が通る空間があります。これを脊柱管と呼び、ここを通る神経は分岐して上下肢末梢へ続いていきます。腰部では主に下肢へと連なる神経（馬尾神経）が脊柱管を通過しています。脊柱管を構成する骨や靭帯の肥厚、椎間板の突出などにより脊柱管が狭くなると馬尾神経が圧迫され下肢の症状が出てきます。これらの変化は加齢によるものが多く、60歳以降に多いとされています。



症状は?

片側、あるいは両側の臀部から下肢の痛み、しびれが主な症状です。特に、立っていたり、歩いたりすると痛み、しびれが増強し、しゃがんだり、座って休憩すると改善する間欠性跛行と呼ばれる症状が見られます。症状が強くなると歩行距離が短くなったり、さらに進むと安静時にも痛みやしびれが出たり、下肢の麻痺、会陰部のしびれや排尿障害が出る場合があります。



先生 教えて!

検査は?

身体検査の後にレントゲン検査がまず行われますが、狭窄の状態、場所を確認するためにはMRIが重要です。間欠性跛行を呈す他の疾患として閉塞性動脈硬化症があり、鑑別のために下肢の血流検査を行うこともあります。



治療は?

まず、保存療法として内服処方を行います。痛みやしびれに対しては痛み止め、しびれ止めなどを、間欠性跛行に関しては神経への血流を改善させる薬を用います。併せて、コルセット装着や体幹筋力をつけたリストレッチなどのトレーニングを行います。強い下肢痛などには神経ブロックを行う場合もあります。

これらの治療を行っても症状が強い場合、日常生活に支障をきたす場合には手術を行います。下肢の麻痺や排尿障害がある方は保存療法を行わず手術を検討します。手術には狭窄の原因となっている骨や靭帯を切除する「除圧術」や背骨にぐらつきがある場合には金属による固定を追加する「除圧固定術」を行います。最近では、術後の痛みの軽減や、早期リハビリのために手術は低侵襲化されてきています。



整形外科
山崎義人 先生



【公開講座】腰部脊柱管狭窄症について



司会
須藤 看護局長

症状

下肢痛、しびれ、腰痛
間欠性跛行
下肢麻痺
膀胱直腸障害



治療

まずは保存療法

- 内服薬
- コルセット
- 神経ブロック
- 運動療法

痛み止め、しびれ止め
血流改善薬

腰痛、下肢痛には有効

相対的適応 (手術が望ましい)

保存療法で改善なく、日常生活に支障がある方

- 痛みが強い
- 間欠性跛行が短い
- 台所に立ってられない
- 好きなことができない (ゴルフ 旅行など)

手術をするかどうかは主治医との相談

除圧術

神経 (脊髄管) を圧迫しているものを切除する
(骨、黄色靭帯、椎間板ヘルニア)





青森市民病院ウインターコンサート2019

ウィンターコンサートを終えて

ウィンターコンサート 2019 にお出でいただきました皆さまに感謝申し上げます。

例年と比べて随分と過ごしやすく、本当にここは青森かと疑うくらいの 12 月でしたが、やはりインフルエンザ流行時期には変わりはなく、コンサート当日は観に来てくれる人がいるだろうかと心配で、会場の席が埋まる様子をちょくちょく観察しながら会場準備していたのを思い出します。まあ結果としては何の心配もない、と言うよりも準備していた席が足りずに増設増設で汗をかいたほどで、うれしい限りでした。

コンサートを開催するたびに実感しますが、コンサートをご覧になる皆様が楽しかったと思ってもらえるにはどうしたらよいかをとっても感じます。入院患者さんやそのご家族の皆さん、外来患者さん、そして青森市民の皆さん。観に来てくれた一人一人が楽しい何かを持ち帰っていただけたのなら幸いです。



さて、新型コロナウイルス感染拡大防止のため 2020 年度の開催は出来ないと思っておりますが、全てが落ち着いて安心してコンサートを開催できる日を夢見て、今は楽しい企画をあれこれ練っているところです。皆さまとまた一緒にコンサートを盛り上げられる日を楽しみにしております。





当院は(財)日本医療機能
評価機構認定病院です。

理念

私たちは、安全で良質な医療の提供と、みなさまに信頼される病院を目指します。

基本方針

1. 中核病院として、地域医療の確保と医療サービスを提供します。
2. 常に患者の立場に立って、患者の話をよく聴き、安全で親切な医療を提供します。
3. 地域医療の発展のため、優れた医療人を育成します。
4. 良質な医療は健全な経営の上に成り立つことを自覚し、病院運営に参加します。

サマーフェスティバル2020 中止のお知らせ



毎年恒例となっておりましたサマーフェスティバルですが、今年は新型コロナウイルス感染リスク回避への状況を踏まえ開催を中止することとなりました。御覧になるのをお楽しみにされていた方々にはたいへん申し訳ありませんが、スタッフ一同も開催出来る状況になることを心待ちにしておりますので、次回の開催決定までいましばらくお待ちいただけますようお願いいたします。

編集後記

世の中、コロナばかりです。この閉塞感は何とも言えません。皆さんに喜んでもらえればとやってきたサマーフェスティバルも企画できない有様です。これから、どうになってしまうのでしょうか。

福岡で勤務医をされている大学の先輩がいい本を紹介してくれました。というか、本と言うより、お笑いコンビ、オリエンタルラジオの中田敦彦さんがYou TubeでやっているYou Tube 大学を紹介してくれました。その中に「コロナ時代をどう生きる？」という動画があり、その中でイタリアの作家、パオロ・ジョルダノさんが書かれた「コロナ時代の僕ら」が紹介されていました。

本には、なぜ若者たちがパーティーなどに参加できないのか、政府、専門家、市民の間での不信はなぜ起きるのかが、書かれています。ジョルダノさんは作家ですが、もともと物理学者です。そのため、医者のごとく、Covid-19(病名)とSARS-CoV-2(ウイルス名)の違いもきちんと書いています。そして、科学者からみた今回の原因を、人類が地球環境、生態系を自らに都合のよいように変えてしまったためと訴えています。つまり、現在、イタリアで荒れ狂うウイルスはイタリアだけの問題ではなく、全人類の問題と結論づけています。我々人類が生態系をいじってしまったことを反省しないと、再度ウイルス、その他の生物の反乱を受けるであろうと。

本を読むのがちょっと億劫だと思われる方は、中田さんのYou Tube 大学を是非どうぞ。

広報委員会
和田豊人