

訂正

大船駅西口から公共交通機関 で来院される方へ

大船駅西口バスターミナル完成に伴い、
巻末の大船駅西口バスの停留所番号が変更となりました。
以下の赤字部分が訂正となります。

大船駅より来院される方

●大船駅西口（大船観音側）

1番乗場

神・船32 渡内経由

公会堂前
下車

「藤沢駅北口」行

神・船101・102 公会堂前経由

「城廻中村」行

2番乗場

神・船34 「南岡本」行

南岡本下車

しようなんメール



医療法人 沖縄徳洲会 湘南鎌倉総合病院

発行/湘南鎌倉総合病院 〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370-1

理念

「生命を安心して預けられる病院」
「健康と生活を守る病院」

湘南鎌倉総合病院広報誌

Vol. 55

2011年
10月号



Contents

- 2P 〈医療の話〉人工膝関節センター
膝の痛みについて
- 4P 〈放射線科より〉
第3回 ～透視室って何をするとところ?①～
- 5P 〈トピックス〉
 - ・患者さんの声
 - ・シャトルバス西口発着について
- 6P 〈病院案内〉



はじめに

若いころはスポーツの怪我や、事故で痛める事も多いのが膝です。70歳をこえるころ自然に膝が痛んでくるのを変形性膝関節症（膝OA）といいます。日本では、厚生省の大臣官房統計情報部が行なった国民生活基盤調査で患者数が約700万人。2005年の東京大学関節疾患総合研究講座の調査では、50歳以上の女性で74.6%、男性で53.5%

が変形性膝関節症の患者であるとされました。けっこうな数ですね！このほかに身体中の関節が壊れるリウマチ、痛風などの代謝疾患もありますが少数です。

変形性膝関節症の9割近くは関節軟骨（膝の中のクッション）の内側だけがすり減ってO脚（おーきゃく）に変形してきます（内反変形の写真〈術前〉参照）。その原因は太ももの筋肉の力が低下すること・加齢・肥満などと言われています。



術前

術後

関節とは？関節軟骨とは？ 膝痛の原因

関節とは、骨と骨が合わさるところで、曲がったり回旋するように出来ています。骨は硬いので、大きな力で骨同士が当たると割れて（骨折）しまいます。だから骨と骨が合わさる関節には軟骨というクッションが張ってあります。私が良くとえに出すのはお茶碗同士が当たると割れたりヒビがいきますが、お茶碗同士の間にお布巾（ふきん）をはさんでいると割れなくなります。若いころは飛び跳ねても痛くなかった膝が、長年使ってくると立ち上がるだけで激痛が走るようになります。それは関節軟骨がすり減り（茶碗の間にはさんだお布巾が無くなった）固いもの同士が直接

当たって割れる（骨に微小骨折が生じる）ために痛くなるのです。



肥満がなぜ悪いの？

100kgの大きな岩でも、棒と支点があれば10kgの力で動かす事が出来ますね。これをてこの原理と言いますが、我々が歩くとき膝関節の内側には体重の5倍の力がかかります。体重が60kgの人で300kgです！

肥満が原因で関節軟骨（膝のクッション）がつぶれてしまう理由が判りますね。

体重を5kg減らすだけで、お膝は25kgも荷重が減って楽になります。まずは5kgから始めてみましょう♪



症状は人によって差異がありますが、一般的には初期に階段の登り下りが辛くなります。また歩き始めや方向転換の時に痛んだり、正座やしゃがむ姿勢がつかなくなる。病気の進行とともに、起床時の膝のこわばりや、**関節に水がたまりはじめます**。さらに進行すると、大腿骨と脛骨が直接あたり微小骨折が起こって激しい痛みを感じます。徐々に歩行が困難になり、最悪の場合では車椅子生活になることもあります。

つるつる 滑る関節軟骨



摩擦係数という言葉は、二つのものを合わせた時にどれだけ滑らかか（ツルツルか）？…を表す言葉です。この値が小さいほど摩擦が少ないということです。初めて雪の上でスキーを履いたとき、滑って転びそうで怖かったですね。あの摩擦係数が0.3です。浅田真央さんがトリプルを飛ぶアイススケート。氷と鉄のエッジの間の摩擦係数は0.05です。

我々の関節軟骨の摩擦係数はアイススケートを遙かに超え、なんと0.001~0.03です！我々人間が、ものを造る産業界で、固体の摩擦係数は潤滑剤の助けを借りても0.1前後にしかなりません。人工関節材料も同じで、これがその寿命を縮める原因となっています。



お膝に水が「溜まる」



膝関節内の軟骨がすり減って骨同士が当たって割れる

ようになると、身体は関節液や滑液と呼ばれる体液を過剰に分泌し、摩擦係数の大きくなった関節の衝撃を減らそうとします。生体が行なう防御反応の1つであり、それ自身は症状ではあっても病気ではありません。もともと適正量は関節包内にあって潤滑の助けとなっています。関節包内に潤滑油が溜まりすぎると、緩い膝の後ろ側にポッコリと突出する事があり、これを膝窩嚢腫（ベーカー嚢腫）と呼びます。生体が行なう防御反応でも過剰に分泌され貯留すると関節内圧が高くなり不具合が起きてきます。「水を抜くと癖になるので良くない」と言う人もいますが、迷信や思い込みであり、関節液の過度の滞留は膝痛の原因となっても体の自然治癒を助けることにはならず、抜いてもらう必要があります。注射前に十分に殺菌処置を行なう事が大切です。皮膚に付着した脂には常在細菌が居ますので、これを注射をする事で膝関節内に入れると大変な事になります。まずアルコール綿で汗と脂を除いて、それから水溶性のイソジンやヒビテンでよく消毒してヒアルロン酸を入れてもらいましょう。これが関節内で生き残った軟骨を保護してくれます。炎症が軽減してくると、自然にお水も溜まらなくなってきます。



最後に

2011年7月にまとめた人工膝関節センターの統計を紹介します。北海道から沖縄まで変形性関節症の手術をと紹介された患者さまが1579名。まず初診の患者さまとその御家族全員に、痛みの起こるメカニズムと保存療法を指導させて頂きました。合併症をお聞きし、全員3ヶ月間の筋肉トレーニングを含む保存療法を自宅でごんばりました。3ヶ月後の再診時の痛みが半減もしくは10~20%になった患者さまが734名（46%）も居られました。この方達はもう半年保存療法を続けられます。残り845名（54%）は残念ながら手術の予定を組みました。私はいつも、出来る限り手術をしないで痛みが取れるようにと考えてきました。患者さま・その御家族・医療スタッフの三者が結束し、それぞれ努力する事で46%をさらに増やせると信じています。人工関節の手術は、今までに在った骨が割れる痛みが完全に消失し、嘘のように膝が軽くなる素晴らしいものです。しかし怖い合併症が在る事も事実です。厚生省の発表で1~2%の人が感染をします。対応年数は20年くらいで、今70歳の人は次に90歳の時に再手術の事を考えないと行けません。自然のまま手術をしないで痛みが取れる方法がベストであると今でも信じています。二番目に良いのが、筋肉を切らない最小侵襲で人工関節を入れる当院の術式だと考えます。これが今の考えですが、数年先にステムセル（幹細胞）による軟骨再生法をお届け出来たらというのが私の夢です。今回は膝の痛みのお話でした。また機会が在れば次回は治療法についてお届けしましょう。

人工膝関節センター 受診をご希望の方は平日（月 - 金）の10：00~16：00までにお電話ください。
完全予約制 TEL：0467-46-7172（直通）

第3回 透視室って何をするところ？

これまでシリーズで核医学検査や、CT検査について掲載しました。今回は「透視室」での検査について紹介いたします。

放射線科 濱野 学

透視室って？

X線透視装置でリアルタイムに体内を観察しながら検査する所です。X線TV室とも呼ばれます。

当院では最大視野40×30cmのFPD（フラットパネルディテクター）を搭載した最新のデジタル装置を使用しています。それにより低線量で高画質な画像を得る事が出来ます。

本館1階中央放射線部内にある透視室には日立社製EXAVISTA。別館2階健康管理センター内にある透視室には日立社製meditesCREA。現在は2台の透視装置が稼働しています。



(日立社製EXAVISTA)

どんな検査をするの？

様々な診療科で様々な検査が行われています。代表的な検査を紹介します。

バリウムを使用した大腸検査

肛門からチューブを入れ、そこからバリウムと空気を入れて検査します。

(対象疾患：大腸憩室、狭窄、ポリープ等)

脳神経外科のミエログラフィー（脊髄腔造影）

腰椎から造影剤を脊髄腔内に注入し、その拡散の様子を撮影します。

主に脊髄の圧迫病変の有無の評価に用いられます。CTと組み合わせて行われます。

(対象疾患：脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア等)



産婦人科のHSG（子宮卵管造影）

子宮口から造影剤を注入し子宮の形態や卵管の通過性をみる検査です。

(対象疾患：不妊症等)

消化器内科のERCP（内視鏡的逆行性膵胆管造影）

内視鏡を十二指腸まで入れ十二指腸乳頭開口部からカテーテルを挿入し膵管、胆管を直接造影します。乳頭部を含む膵胆道疾患に対し、ほかの画像検査法（MRIやCTなど）を行った上で、さらに悪性疾患との鑑別や確定診断のために行われます。また総胆管結石や閉塞性黄疸などに対する治療のために行われることも多いです。

(対象疾患：総胆管結石、閉塞性黄疸等)



呼吸器内科の気管支鏡

太さ約6mmの気管支鏡と呼ばれる物で気管支内を観察すると共に、透視下で位置を確認しながら組織や細胞を採取して正確な診断をつけたり、気管支が狭くなる病気の治療に用いられます。

(対象疾患：肺炎等)

次回は「胃のバリウム検査」について、検査の流れや内視鏡との違いのお話です。

患者さんの声

1階エスカレーター正面にご意見の投書箱があります。今回寄せられたご意見をいくつかご紹介いたします。また、院内でも掲示板にて改善や投書の回答などを掲示しておりますのでご興味のある方は、投書箱後ろの「患者さんの声」掲示板をご覧ください。

ご意見

エスカレーターに乗っていると何階なのか分からなくなる。

50代 女性

各階エスカレーターに階数を表示しました。
マーケティング課



1階エスカレーター正面にあります。

ご意見

受付する際、事前に混雑具合が分かるといい。

匿名

3階受付機に診療科の案内を設置しました。
マーケティング課



ご意見

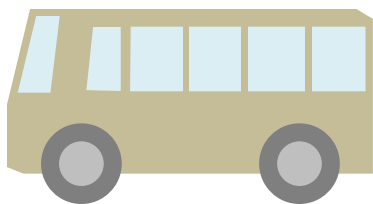
2階採尿室の中に荷物を置ける場所が欲しい。

匿名

荷物置きを設置しました。
マーケティング課

只今検討中です。。

● 駐車時、車椅子での乗降スペースが無く不便



シャトルバス西口発着について

大船駅西口よりシャトルバスの運行を検討しておりますが、運行についてはまだ未定となっております。現在は東口交通広場からのみの運行となりますので、ご注意ください。

9月末に大船駅西口の工事が終了するにあたり、当院と大船駅の往復シャトルバスの西口発着を検討しておりますが、**運行はまだ未定となっております。**

また、東口発着のシャトルバスは今後もご利用いただけます。

シャトルバスの詳細が決定するまで、もうしばらくお待ちください。





医療法人 湘南鎌倉総合病院
 沖縄徳洲会 〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370-1
 TEL : 0467-46-1717(代表) FAX : 0467-45-0190
 URL : http://www.shonankamakura.or.jp

ご来院される方にシャトルバスの運行も行っております。
 詳しくは院内で配布のシャトルバス時刻表か、ホームページを
 ご覧ください。

湘南鎌倉総合病院

検索



公共交通機関でお越しの方へ

大船駅より来院される方

●大船駅西口（大船観音側）

3番乗場 神・船32 渡内経由
 「藤沢駅北口」行
 公会堂前下車
 神・船101・102 公会堂前経由
 「城廻中村」行

4番乗場 神・船34 「南岡本」行

南岡本下車

●大船駅東口交通広場ターミナル （湘南モノレール駅下バスターミナル）

2番乗場 江・藤沢[弥]大船
 南岡本下車
 武田薬品前～弥勒寺経由
 「藤沢駅」行
 江・南岡本経由 「四季の杜」行

藤沢駅より来院される方

●藤沢駅北口（さいか屋・ビックカメラ側）

5番乗場 神・船32 柄沢橋・渡内経由
 公会堂前下車
 「大船駅西口」行

11番乗場 江・藤沢[弥]大船
 南岡本下車
 弥勒寺～武田薬品前経由
 「大船駅」行

当院の関連施設

湘南厚木病院 厚木市温水118 ☎ 046-223-3636	葉山ハートセンター 三浦郡葉山下山1898 ☎ 046-875-1717
湘南葉山デイケアクリニック 三浦郡葉山町一色1746-2 ☎ 046-876-3811	湘南かまくらクリニック 鎌倉市山崎1202-1 ☎ 0467-43-1717
湘南鎌倉人工関節センター 鎌倉市台5-4-17 ☎ 0467-47-2377	老人保健施設 ゆめが丘 横浜市泉区和泉町1202 ☎ 045-800-1717
老人保健施設 かまくら 鎌倉市上町屋750 ☎ 0467-42-1717	特別養護老人ホーム かまくら愛の郷 鎌倉市植木683-9 ☎ 0467-41-1122
介護老人保健施設 リハビリケア 湘南かまくら 鎌倉市山崎1202-1 ☎ 0467-41-1616	愛心訪問看護ステーション 鎌倉市山崎1202-1 ☎ 0467-45-0467
湘南鎌倉介護福祉センター 鎌倉市山崎1202-1 ☎ 0467-41-4010	

Access Map

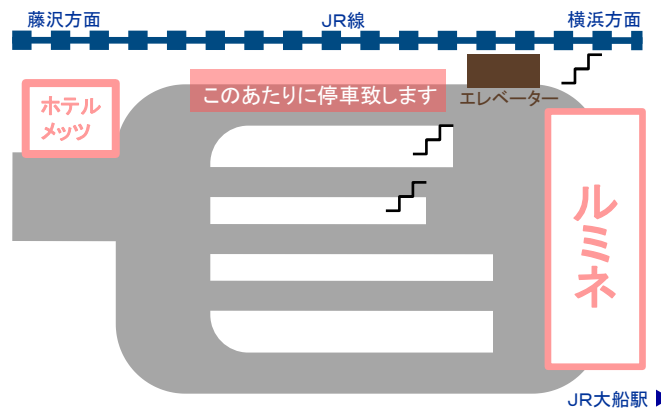
最寄駅 JR大船駅



公会堂前・南岡本
 バス下車より徒歩約5分

当院シャトルバスでお越しの方へ

大船駅東口交通広場
 バスターミナルご案内図



大船駅東口交通広場バスターミナルにて、当院シャトルバスを運行
 しております。

大船駅発 7:10(始発) ~ 18:25(最終)
 病院発 8:00(始発) ~ 18:40(最終)

※約10分間隔で運行
 日曜祝日運休

湘南かまくらクリニックから湘南鎌倉総合病院までのバスもござい
 ます。時刻表など詳しくは当院ホームページに掲載しております。ご
 覧ください。