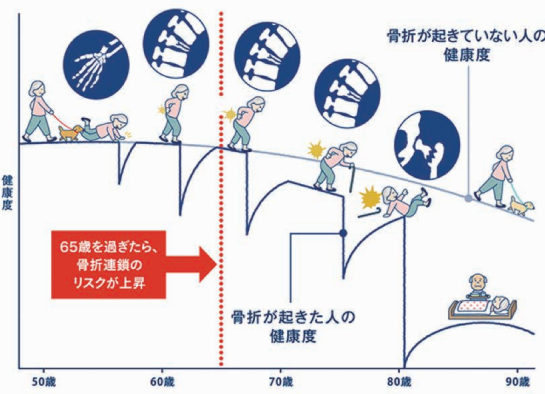




242号

発行所/ 下関市長府外浦町1番1号 国立病院機構 関門医療センター 発行責任者/ 病院長 林 弘人 印刷/(株)アートネクスト

生涯で骨粗しょう症性骨折が健康状態に与える影響



骨粗しょう症をほったらかしにしていると骨折を何度も起こしてしまい、健康度が悪くなってしまいます。

骨折を起こしてしまつた方は骨折を1回で止めましょう。まだ骨折を起こしていない方は、生活習慣な

り返しやすくなるのです。怖いですが、骨折は、回数が増えるほど、元氣な生活を送りにくくなつてしまいます。骨折を起こしてしまつた方は、骨折を1回で止めましょう。まだ骨折を起こしていません。

また、当センターだけではなく、地域のかかりつけの先生とも連携し、治療を継続していただくことで、この地域の弱い骨折をより防ぐ活動をしていきたいと思つています。



「STOP AT ONE」最初の骨折を最後の骨折に！という、世界骨粗しょう症財団のスローガンです。

1. 骨粗しょう症って怖い病気です  
整形外科の栗山です。主に、骨折してしまつた患者さんの骨を治す治療や骨粗しょう症の治療をしています。

皆さん、「私の骨はじょうぶだから、骨折なんてありえない」「骨折は治つてしまえばもとの生活に戻る」と思つている方も多いと思います。骨粗しょう症は、年齢を重ねれば誰にでも起こる可能性のある身近な病気です、特に女性は閉経後、骨粗しょう症になりやすいことが知られています。

2. 当センターでの取り組み  
当センターでは大腿骨近位部骨折を起こし入院治療を受けている患者さんに対して骨粗しょう症リエゾンサービスを開始いたしました。リエゾンとは「連携」「橋渡し」を意味するフランス語で、骨折リエゾンサービスとは次の骨折予防に努めるチームのことです。医師だけでなく、看護師、薬剤師、理学療法士、放射線技師、管理栄養士、医療相談員、メディカルクラークなど様々な職種で協力して骨粗しょう症治療開始率、継続率の向上や定期的な骨密度の検査などを行つていきます。

3. 骨折を予防するために  
体を動かすことは大事です。お買い物や、散歩など、生活の中で歩くことを心がけましょう。転びにくくする工夫を生活に取り入れましょう。転ぶのは家の寝室が一番多いと言われています。部屋の手すりや、段差は大丈夫でしょうか？  
食事は、カルシウムに加え、ビタミンDやビタミンK、タンパク質などを含む、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

骨粗しょう症リエゾンサービス



整形外科 栗山 龍太郎

外来診療担当医一覧表

2023年2月1日

グループ名	診療科名		月	火	水	木	金	特殊外来 ※要予約	
総合診療【G2】	総合診療	午前	佐藤 稷	佐藤 稷	佐藤 稷	佐藤 稷	佐藤 稷	人工ペースメーカー外来	
	精神科(予約制)【G5】	午前	若林 祐介	若林 祐介	若林 祐介	若林 祐介	若林 祐介	リウマチ外来	
	糖尿病・血液内科	午前	鶴 政俊	鶴政俊(課のみ)	松井久未子	鶴 政俊	松井久未子(再来のみ)	不妊症外来	
	歯科口腔外科(予約制)	午前	板敷 康隆	板敷 康隆	板敷 康隆	板敷 康隆	板敷 康隆	難聴・補聴器外来	
	心理カウンセリング(予約制)		白井 麻子	白井 麻子	白井 麻子	白井 麻子	白井 麻子	ペインクリニック	
女性総合診療【H2】	女性総合診療(予約制)	午後	早野 智子	早野 智子	早野 智子	早野 智子	早野 智子	禁煙外来	
循環器病総合診療【G2】	循環器内科	午前(新来)	古谷 雄司	古谷 雄司	早野 智子	大谷 望	大谷 望	頭痛外来	
	呼吸器内科	午後(新来)	早野 智子	大谷 望	早野 智子	大谷 望	早野 智子	スポーツ外来	
	脳神経内科(午後外来は予約制)	午前(新来)	押部 奈美子	尾本 雅俊	田中 信一郎			尾本 雅俊	膝関節外来
		午後(再来)	尾本 雅俊	田中 信一郎	尾本 雅俊	田中 信一郎		尾本 雅俊	健康診断
	脳神経外科	午前	副島 慶輝	山下 勝弘		山下 勝弘	副島 慶輝	機能的脳神経外科	
	機能的脳神経外科(毎月最終水曜日(予約制))	午前			藤岡 裕士(非)			手の外科	
	がん 消化器・肝臓病 総合診療【G5】	消化器内科	午前	原野 恵	坂口 栄樹	柳井 秀雄	坂口 栄樹	原野 恵	足の疾患センター
		乳腺外科	午前	千原 大典	戒能 聖治	戒能 聖治	千原 大典	吉田 晋	骨軟部腫瘍
		呼吸器外科	午前	吉野 茂文	矢原 昇	坂本 和彦	吉野 茂文	吉田 晋	パーキンソン病
		外科	(新来)	吉野 茂文	矢原 昇	坂本 和彦	吉野 茂文	吉田 晋	セカンドオピニオン外来
消化器外科		午前(再来)	坂本 和彦	林 弘人	吉田 晋	北原 正博	矢原 昇		
内視鏡外科		午前	坂本 和彦	林 弘人	北原 正博	木原 ひとまり			
心臓血管外科		午前			村上 雅憲		村上 雅憲		
足の疾患センター(予約制)		午後			村上 雅憲				
肝臓内科		午前		坂口 栄樹		坂口 栄樹			
腫瘍内科【Q2】		午前							
放射線治療科【H2】	午前	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊		
	午後	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊	河村 光俊		
	麻酔科・ペインクリニック	午前(11時以降予約のみ)	内本 亮吾	内本 亮吾	藤田 文彦	藤田 文彦	内本 亮吾	内本 亮吾	
		午後	田和 聖子	北 仁志	藤田 文彦	福井 健彦	北 仁志	(術前診察)	
	長寿医療 総合診療【G1】	整形外科	午前	伊原 公一郎	峯 孝友	栗山 龍太郎	伊原 公一郎	峯 孝友	
リウマチ科		午前	篠原 道雄	米原 孝則			米原 孝則		
泌尿器科		午前(新来)	鄭 泰秀	德永 貴範	鄭 泰秀	鄭 泰秀	德永 貴範	鄭 泰秀	
		午後(再来)	德永 貴範	鄭 泰秀	德永 貴範	德永 貴範	鄭 泰秀	鄭 泰秀	
眼科		午前	小林 博	小林 博(予約のみ)	小林 博	小林 博(予約のみ)	小林 博	小林 博	
耳鼻いんこう科		午前	村上 直子	田原 晋作	村上 直子	田原 晋作	村上 直子	田原 晋作	
リハビリテーション科	午後			学童 外来					
透析センター【G8】	透析センター	午前	鄭 泰秀	鄭 泰秀	鄭 泰秀	鄭 泰秀	鄭 泰秀		
成育医療 総合診療【G3】	小児科	午前	牧 隆司	牧 隆司	牧 隆司	牧 隆司	牧 隆司		
	皮膚科(予約制)	午後	牧 隆司	牧 隆司	牧 隆司	牧 隆司	牧 隆司		
	形成外科	午前	下村 尚子(非)					白水 舞(非)	
	産婦人科	午前	林 公一	高須 啓之(非)					
	放射線診断科(紹介予約のみ)	午前	林 公一	林 公一	齊藤 剛(非)	林 公一	林 公一		
救命救急センター【ER】	救命救急センターER24	24時間	松本 泰幸	松本 泰幸	松本 泰幸	松本 泰幸	松本 泰幸		
生活習慣病センター【H3】	生活習慣病センター	午前	松本 裕美	板村 美沙	松本 裕美	松本 裕美	松本 裕美		

〒752-8510 下関市長府外浦町1番1号

国立病院機構 関門医療センター

診療受付時間：午前8:30～11:30

午後(各診療科外来にお問い合わせください)

※休診日：土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始(12/29～1/3)

★代表 TEL(083)241-1199

FAX(083)241-1301

★地域医療連携室 (紹介患者専用ダイヤル：紹介状をお持ちの方)

TEL(083)241-1191(2561・2377)

FAX(083)241-1302

(★透析センター FAX(083)241-1308)

https://kanmon.hosp.go.jp/



**Q2** 血圧計は、手首式と上腕式（肘の上で測る）で変わりはないのででしょうか？

正確に測りやすいのは、上腕式の血圧計です。手首式の血圧計では、測定する時の手首の高さや、腕に入る力の入れ具合により、血圧

10 mmHg 以上収縮期血圧値が低い側の腕の動脈には、狭窄など何らかの障害があるのかもしれない。一度、医師にご相談ください。

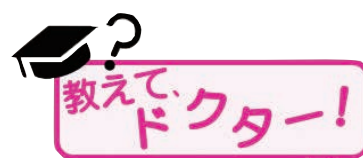


動いた直後では、初回の血圧値が高くなりやすく、その後2回目、3回目になると血圧値は下がりやすくなります。測るたびに血圧値に違いがある場合は、2〜3回目の血圧値を採用してください。なお、本日に血圧値が高い場合は、何度続けて測定しても、血圧値は下がりにくいです。

**Q1** 血圧は左右どちらの腕で測っても同じなのでしょうか？

基本的には左右どちらの腕で血圧を測っても同じはずですが、

ただ、収縮期血圧（上の血圧）値に、いつも左右で10 mmHg 以上の差がある場合は、血圧値が高い側の腕で、その後は血圧を測定してください。



循環器内科医長  
早野 智子 先生

**Q3** 血圧を続けて測るたびに、数値が変わるのですが、どれが本当なのでしょうか？

値が変動しやすくなります。血圧を正確に測るコツは、暖かい環境で厚着はせずに、血圧計のマンシエットを巻く部分（肘上または手首）を心臓の高さと同じ高さに合わせて、手のひらを空に向け、腕の力を抜いて測定することです。

# 骨粗しょう症の薬のお話

骨粗しょう症は、加齢などにより骨が脆くなり骨折しやすくなる病気です。日本の骨粗しょう症患者は10人に1人、女性では7人に1人いるといわれており、身近な病気となっています。この記事を読んでいる方にもそう診断された方



薬剤師  
田村 優衣

がいらっしゃるのではないでしょうか？

骨粗しょう症のお薬は骨を丈夫にするので骨折を予防するお薬です。飲み薬だけではなく注射薬もあり、毎日使用するものから1か月に1回だけのものなど、たくさん種類があります。では、そんな骨粗しょう症のお薬のコツとは何なのでしょうか？

それは「継続して使用すること」と、「用法用量を守って（決められた量を決められた日に）使用する」ことです。しばらく運動をしないと筋肉が落ちてしまうように、自己判断で薬をやめてしまうと骨が治療前のように（あるいはそれ以上に）脆く、折れやすくなってしまう。また、お薬の効果を最大

限に発揮させるには正しく使用することが大切です。たくさん使えば使うほど骨が強くなるということはありません。正しく使用しないと期待した効果が得られないばかりか心身に悪影響をもたらすことがあります。

先ほどの2つのコツが骨粗しょう症のお薬では大切ですが、様々な理由からコツを守るのが難しい方もいらっしゃると思います。その際は是非一度薬剤師に相談してみてください。一緒に丈夫な骨を作っていきましょう。



## Dr. ちゃんねる

Q 出身地は？

生まれたのは、兵庫県西宮市、甲子園球場の近くです。幼児期に隣の尼崎市に転居しました。尼崎市といえば、『ダウンタウン』で有名ですが、私が育った家のそばに、日本を代表する浄瑠璃作家『近松門左衛門』が足繁く通っていたお寺と、隣接してお墓と公園がありました。子どもの頃は、その公園を中心に毎日遊んでいました。

ところで、何故に『近松門左衛門』なのかというと、長門市あるいは、神上寺（豊田町）が出生地という有力な説があり、ルネッサながとの建設など、山口県西部は『近松門左衛門』で地域振興に活発に取り組んでいます。

私は生まれ育ちも関西で、長州長門国とは縁という縁はないと思っています。ところが、幼少期から身近な『近松門左衛門』という伏線が、下関で回収されているようで、ただならぬ縁を感じております。

Q 今、行きたいところは？

寒い冬を楽しむために、下手ですが、スキーとかスノーボードとかウインタースポーツに久々に行きたいです。

Q おすすめの場所は？

早朝の唐戸市場。スーパーでは見られないような新鮮な魚介類が安価でたくさん並んでおり、食欲をそそられますし、見ているだけでもワクワクします。

Q どんな子ども（学生）でしたか？

出生体重3,950gの巨大児でしたが、今は小柄な方で、大きく生まれて小さく育ちました。天真爛漫な子どもで、学生時代は海外を放浪するバックパッカーでした。

Q 今、夢中なもの

ランニング。数年前、メタボ解消で始めたことがきっかけです。走ることで、心身ともにリフレッシュされます。今や、走ることは趣味というより日常の一部です。



令和5年1月15日 城下町長府マラソン  
きた ひとし 北 仁志  
診療科：麻酔科

## 治験を募集しています

### かんけつせい は こう ちけん 間歇性跛行の治験に

参加いただける患者さまを募集しております

【現在当院では、閉塞性動脈硬化症に伴う間歇性跛行を対象とした治験を実施しています】

※間歇性跛行とは、歩いていると足に痛みやだるさを感じ、長時間歩けなくなり、少し休むとまた歩けるようになる症状のことです。

- ★ご参加いただける方
  - ・年齢40歳以上の方
  - ・閉塞性動脈硬化症による間歇性跛行の症状を有している方
  - ・他に重い病気を合併していない方
- ★治験薬の服用方法
  - ・内服薬を32週間服用
  - ※この治験ではプラセボ（有効成分を含まないもの）をお使いいただく方がいらっしゃいます。

募集期間：2023年10月1日まで

※その他にも基準があり、治験にご参加いただけない場合がございます。また、予定の人数に達した場合など募集期間中でも終了する場合がございます。ご興味がある方は下記まで是非ご相談ください。

- ・病院名：独立行政法人国立病院機構 関門医療センター
- ・電話番号：083-241-1199
- ・問い合わせ先：治験管理室
- ・受付時間：平日9:00~17:00
- ・医師：心臓血管外科 村上 雅憲



治験とは、開発中の薬を患者さんに実際に使用していただき、その過程で「効果」と「安全性（副作用）」について確認し、データをそろえて医薬品としての承認を国から得るために行う試験です。

ご興味のある方は、治験管理室へお問い合わせください。



### 現在募集中の治験

心臓血管外科	閉塞性動脈硬化症
外科	小腸癌
循環器内科	うっ血性心不全