

診療科目

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科・麻酔科

診療時間 令和5年4月1日より外来診療時間が変更となりました。

		月	火	水	木	金	土	日
午前	受付時間 8:45 ~ 11:45	●	●	●	●	●	▲	-
	診療時間 9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	▲	-
午後	受付時間 13:00 ~ 17:00	●	●	●	●	●	-	-
	診療時間 13:15 ~ 17:30	●	●	●	●	●	-	-

▲=受付時間 8:45 ~ 12:00 診療時間 9:00 ~ 12:30

*詳しくはホームページのお知らせまたは当院へお気軽にお問い合わせください。
www.gorinbashi-seikei.com



交通アクセス・駐車場のご案内



※日中は外来患者様のお車でのご利用はご遠慮ください。

地下鉄をご利用の方

- 『南北線真駒内駅』
- 定鉄バス 真駒内駅 95・97・98番 ⇒ 川沿1条1丁目で下車2分
- 定鉄バス 真駒内駅 96番 ⇒ 藻岩高校前で下車すぐ

バスをご利用の方

- 『藻岩高校前』
- 札幌駅前7・8番 定山溪・豊平峡方面 ⇒ 藻岩高校前で下車すぐ

お車をご利用の方

- 札幌方面からお越しの方
- 国道230号線を南下し、五輪通の交差点で左側副道へ
- 定山溪方面からお越しの方
- 国道230号線を北上し、札幌藻岩高校で左側副道に入り、次の交差点で反対車線へ
- ※アンダーパス石山通には入らずに左側副道を通行してください。

タクシーをご利用の方

- 地下鉄南北線 真駒内駅より5分

編集後記

VOL.07号をお読みいただきありがとうございます。今回メインは骨粗鬆症をテーマに記事を構成しています。Dr.によるわかりやすい言葉で病気を紹介しています。ぜひ一読を。

広報委員会も新しい体制となって始動と広報誌作製に手間取ることもしばしば。当院の雰囲気や回復期リハビリ病棟の取り組みについて見ていただければと思います。 [広報委員会一同]



〒005-0802
札幌市南区川沿2条1丁目2番56号
TEL.011-571-2001 (代表)

五輪橋整形通信

VOL.07
2023.9

ご自由にお持ち下さい

Gorinbashi Orthopedic hospital/PUBLIC RELATIONS MAGAZINE



CONTENTS

- お知らせ 当院の感染対策について
- P2 骨粗鬆症における予防と治療について 名誉院長 広瀬 和哉
- P3 外来リハビリの紹介 (回復期の取り組みについて) 五輪橋整形外科病院チーム リレーマラソン大会出場 !!
- P4 外来受付および診療時間の変更について・病院へのアクセス案内

お知らせ

当院では**感染対策**として引き続き下記の対策をおこなっております。

- 37.5℃以上の発熱または風邪症状のある方はスタッフまでお知らせください。
- 昼のロビー閉鎖は解除としておりますが、清掃消毒は引き続き行います。
- ご面会の禁止～状況情勢を見極め、緩和へ向けて検討してまいります。

骨粗鬆症における 予防と治療について

名誉院長 広瀬 和哉



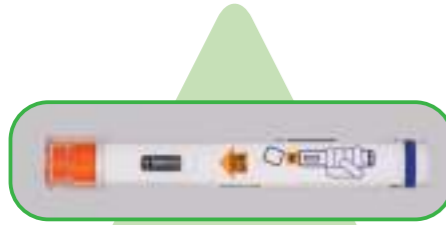
骨粗鬆症とは、簡単に言えば骨が脆くなり（骨密度が低下）骨折しやすくなった状態です。しかし、骨密度＝骨強度ではありませんので骨密度が高くても安心はできません。「骨強度＝骨密度＋骨質」であり、骨質を例にたとえると、コンクリートで作られたビルの鉄骨が錆びている状態です。密度が高くても骨質が劣化していると骨折を起こしてしまいます。

糖尿病の方は一般的に骨密度が高い方が多いのですが、骨質が劣化していることが多く油断できませんので適切な治療を受けてください。また、膠原病や喘息などアレルギー疾患でステロイドホルモン剤を服用されている方は特に注意が必要です。必ず骨粗鬆症の治療を受けてください。

女性は閉経すると女性ホルモンの分泌が減少し、急速に骨粗鬆症が進みます。予防としては若い頃から骨の貯金をしておくことです。そのためには食事、運動、日光浴などが勧められます。食が細く、運動をしない、やせ型の女性は特に注意が必要です。脊椎は一度骨折を起こすと「骨折の連鎖」と言い、「ドミノ倒し」のように次から次へ骨折を起こす場合があります。腰や背中が痛みはあるが立ってしまえば、さほど歩くのはつらくない。しかし、起き上がる際や長く座っていると強い痛みを伴う場合は骨折の危険性が高いので病院を受診しましょう。

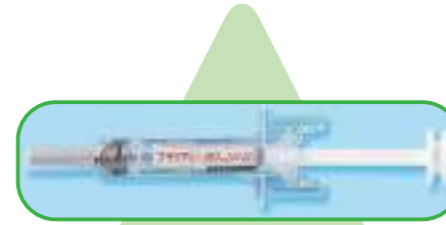
骨粗鬆症の治療薬には飲み薬と注射があります。飲み薬を飲んでも中々骨密度は上がりませんが、骨折予防効果はありますのであきらめずに治療を継続してください。より効果的な治療は注射ですが、注射のお薬は高価であり重症の骨粗鬆症の方もしくは骨折を繰り返している方しか保険の適応にならず使えません。骨密度が低く骨折を起こしたことがある方は、積極的に注射での治療をお勧めします。病院に受診して打つ注射と糖尿病の方のように自分で打つ自己注射もあります。決して自己注射は難しくはありませんし、注射針がかなり細いので注射の痛みもほとんどありません。

まずは40歳を過ぎたら一度骨粗鬆症の検査を受けて、現在の骨密度の状態を把握しておくことが必要です。当院ではDXA（デキサ）法での大腿骨と腰椎の骨密度を測定し、検査当日に結果をお知らせすることができます。治療が必要なレベルであれば血液検査をしてから使う薬剤について主治医とご相談ください。



テリボン

骨をつくる「骨芽細胞」の働きを高め、新しい骨をつくる動きがあります。テリボンによる治療には、週2回、ご自身またはご家族の方に注射してもらう「自己注射」と、週1回、医療機関で皮下注射してもらう「通院注射」があります。注射は合計24カ月（自己注射：208回、通院注射104回）まで。くり返されることはありません。



プラリア

骨密度を増やし、骨折を起こしにくくする注射です。6カ月に1回、医療機関で皮下注射をしてもらう「通院注射」になります。効果が認められれば、以後6カ月に1回のスケジュールで注射をしていくことが可能です。

回復期の取り組みについて

回復期病棟の取り組みとして、定期的にカンファレンスを開催し患者様により良い生活を送って頂けるよう多職種連携を深めています。また、今年度から集団体操を実施しています。当院オリジナルの体操をリハビリスタッフが心を込めて作成し、音楽に合わせて行っております。病棟内では普段着で過ごして頂くことも可能で、患者様が自発的に日常生活動作を実施できるよう支援しています。4月からフレッシュなスタッフも増え、明るい雰囲気のある病棟となっております。



五輪橋整形外科病院チーム リレーマラソン大会出場!!



順位	タイム	ラップタイム	走者氏名
1	00:08:27	00:08:26	舟見海斗
2	00:17:30	00:09:03	新山颯大
3	00:27:40	00:10:10	岸裕之
4	00:40:46	00:13:06	国松菜央
5	00:49:33	00:08:47	園成興哉
6	00:58:42	00:09:09	北嶋創
7	01:08:15	00:09:33	木元大
8	01:16:31	00:08:16	舟見海斗
9	01:25:54	00:09:23	新山颯大
10	01:36:30	00:10:36	岸裕之
11	01:45:27	00:08:57	園成興哉
12	01:54:33	00:09:06	北嶋創
13	02:04:23	00:09:50	木元大
14	02:12:59	00:08:36	舟見海斗
15	02:22:31	00:09:32	新山颯大
16	02:33:23	00:10:52	岸裕之
17	02:46:19	00:12:56	国松菜央
18	02:54:58	00:08:39	園成興哉
19	03:04:18	00:09:20	北嶋創
20	03:14:47	00:10:29	木元大
21	03:23:24	00:08:37	舟見海斗

7/16に開催された札幌ドームリレーマラソン大会に、五輪橋整形外科病院チームで出場いたしました。マラソン未経験の職員も混ざっての参加でしたが、結果は全359チーム中69位という好成績を残すことができました。職場の同僚と達成感を共有することができ、また、患者様に健康になっていただくために、まずは職員が心身ともに健康であるべきということを再確認ができました。今後もこのような活動を続け、病院全体を活気づけることができればと思っております。

