



基本理念

私たちはキリストのように人を愛し 病める人、苦しむ人 もっとも弱い人に奉仕します

基本方針

1. 地域の医療機関や福祉施設と密接な連携を保ち、地域に根ざした信頼される病院運営をめざします。
2. 患者さんの全人的（身体的、精神的、社会的、霊的）ケアを行います。
3. 医療従事者の力を結集した患者さん中心の総合的なチーム医療を行います。
4. 常に自己研鑽に努め、質の高い、安全・安心な医療を提供します。
5. 患者さんの声に誠心誠意耳を傾けます。

Close Up !

整形外科

～膝関節痛の原因と治療～

『膝が痛い』『膝が腫れている』『膝が曲がらない』といった事でお悩みの方は多いと思います。今回は、そのような膝関節痛の原因と治療についてご紹介させていただきます。

膝関節痛の原因としては、日常生活の何気ない動作が原因となっている事が多く、正座やあぐら、しゃがみ込み、階段昇降等が挙げられます。このような日常生活動作によって、まずは膝関節内のクッションの役割りとしての半月板という組織が擦れてきます。その過程で、半月板が断裂すると痛みの原因になります。症状は、曲げ伸ばしや捻り動作での疼痛が主となります。次に、徐々に膝関節軟骨が擦れ始めてきます。初期段階では、膝関節軟骨は保たれていますが、軟骨の擦れが刺激となり、膝関節液を作る滑膜が増殖します。この状態を膝関節滑膜炎といい、症状は、膝に水がたまる、膝の鈍痛等が挙げられます。そして、最終段階として、膝関節の軟骨が消失し、骨同士がぶつかり合い、痛みが生じる変形性膝関節症の状態となります。レントゲン検査で膝関節裂隙の減少、消失を認め、骨棘などの骨の変形を認めます。症状は様々ですが、主に、膝内側の痛みや膝裏の痛み、歩行中では特に下りの階段での痛みが目立ちます。

これらの膝関節痛の治療方針は、**保存療法**と**手術療法**に分けられます。どちらを選ぶかは、膝の状態や、今後の活動レベル等からも変わってきます。

保存療法は、体重を減らす、消炎鎮痛剤などで痛み、炎症を抑える、膝を安定させることです。膝を安定させるというのは、膝関節の擦れを滑らかにし、半月板、

軟骨の損傷を遅らせることが目的です。具体的には、**膝周囲の筋肉訓練、膝サポーターの使用、ヒアルロン酸の関節内投与等**が挙げられます。それでも痛みのコントロールがつかない場合は、**手術療法**をお勧めします。**半月板損傷や滑膜炎、初期の変形性膝関節症の段階においては膝関節鏡手術を行います。**この手術は身体への負担も少なく、術後の疼痛も他の膝関節の手術と比較し少なく、回復も早いです。ただし、処置できるのは滑膜や半月板であり、軟骨への処置は困難であり、軟骨がすり減っている方は疼痛が残ってしまいます。その様な**軟骨が消失された変形性膝関節症に対しては、人工膝関節手術が適応となります。**具体的には、膝関節の傷んだ軟骨や骨の表面を切り、金属のカバーをかけ、痛みや関節可動域の改善を目指します。また、



膝関節外科・スポーツ整形外科部長

島田 崇史
Takashi Shimada

当院では筋肉を温存しながらの手術や、ナビゲーション等の最新器具を導入しており、より術後の早期改善を目指しております。

最後に、膝関節の疼痛を放置していると、虫歯と同じで徐々に進行してしまいます。そして、進行すると治療が困難になる事もありますので、痛みが気になるようでしたら、まずは一度当科を受診して頂ければと思います。できる限り皆さんそれぞれにあった治療法

を提供できるよう努力して参りますので、どうぞよろしくお願い致します。

6月23日（土）「桜町病院市民のための講演会」（13：30～於聖ヨハネ会本館2階戸塚ホール）にて、島田崇史医師が膝関節痛についての講演を行います。当日は理学療法士による膝痛予防体操の案内もあります。ご予約不要、無料です。どうぞお気軽にご参加ください。

チーム
桜町



リハビリテーション科

桜町病院リハビリテーション科（以下リハビリ科）は、リハビリ科部長を中心として理学療法士8名、作業療法士4名、言語聴覚士1名、全13名のスタッフで成りたち、入院、外来患者様に対し各担当医師とリハビリ科専門医師の指示の下、リハビリテーション（以下リハビリ）を提供しています。

個人の病状や身体状況を把握し、機能回復を目指したリハビリはもちろん、病棟看護師と連携し日常生活動作の改善に注目したリハビリも提供しています。飲み込みに問題や不安のある患者様には、摂食機能改善訓練を行っています。必要に応じて嚥下造影検査（飲み込み検査）を実施し、栄養科との協力により、その方に適した食事形態を提供しています。また退院後の生活を早めに視野に入れ、歩行補助具の選定、家屋内の手すり設置、段差等の改修を行うため、退院前訪問指導を積極的に行い、社会生活復帰がスムーズに行われるよう支援しています。

外来患者様には、ホームエクササイズ指導を中心に、日常生活に運動を取り入れることで、身体能力維持ができるよう指導しています。脳損傷後に言語障害や高次脳機能障害を有した患者様には、専門的な検査や訓練を実施し復職等を支援しています。高齢化時代を迎え在宅介護が増加し、訪問リハビリのニーズも高まっています。そのため小金井訪問看護ステーションと連携し、近隣の方への訪問リハビリにも力を入れています。また、一昨年から本格的に始まった市の取り組みである「介護予防の機能強化事業」にも参加し、『小金井さくら体操』を中心とした介護予防活動を行うことで、市民の健康維持活動にも協力しています。

桜町病院リハビリ科は地域に根差した病院として、機能回復に対するリハビリはもちろん、様々な地域、近郊住民の健康への取り組みに働きかけていきたいと考えています。（リハビリ科長 鈴木 亜弓）

リハビリテーション科
おすすめ簡単ストレッチ

膝関節のストレッチ



①脚の裏側のストレッチ

仰向けに寝て両膝を立てる。片方の足を上げていき、膝裏に両手を回して支える。足底を天井に向け、できる限り膝を伸ばし10秒固定する。同側を5回繰り返す。



②大腿外側面の
ストレッチ

壁に片手をつき、脚を交互に交叉して立つ。壁に寄り掛かるようにして、膝の外側の筋肉を伸ばし10秒固定する。同側を5回繰り返す。

※ は力が入る方向を、
 は筋肉の伸びる方向を示しています。



今年は4月1日が“イースター”でした。

イースターとは、イエス・キリストの復活をお祝いする日で、復活祭などと呼ばれています。

春分の日の中の最初の満月の次に来る日曜日にお祝いするとさだめられているため、毎年日にちは変わります。卵はヒヨコが殻を破って出てくることから、キリストの生命の復活の象徴とされています。

桜町病院ではそのお祝いの日に、「卵入りミートローフ」を作ってみました。

材料 1本分／4人分（1人分350Kcal）

合挽肉300g 玉ねぎ1/2個 卵3個
人参・インゲン各20gくらい パン粉1カップ
牛乳大さじ2 塩・こしょう少々 卵1個
ケチャップ・ソース各適量

作り方

①卵3個を固茹で卵にする。②パン粉を牛乳で浸し、玉ねぎはみじん切りにして器に入れラップをしてレンジで1分30秒くらい加熱して冷ましておく。③人参はあらみじん、インゲンは2mmくらいの輪切りにしておく。④合挽肉・②・卵1個・塩・こしょうを入れてよく混ぜる。⑤④に③を混ぜる。



One Point 熱いうちはきれいに切れないので、冷ましてから切り分けましょう！

⑥オーブンの鉄板にアルミホイルをしき、その上に厚さ1.5cmくらい肉だねをのせ、その上に茹で卵を並べる。⑦残りの肉だねを使って卵を隠すように覆う。⑧210℃のオーブンで20分くらい焼く。竹串をさして肉汁が透明ならOK。⑨鉄板の肉汁をとってケチャップ・ソースと混ぜる。⑩ミートローフを切り分けて盛り付け⑨のソースをかける。



医療のコトバQ&A

第1回「診療報酬改定」



〈回答者〉医事課長 落合 鋭

Q. 診療報酬とはどういうものですか？

A. 診療報酬とは、病院が患者さんに対して診療を行った際に対価として受け取る金額のことです。健康保険を使って行う診療行為（診察、投薬、検査、等々）には全て点数が定められており、行った行為の点数の合計によって、病院が受け取るべき診療報酬が決まります。1点単価10円で計算されます。病院はこのうちの一部を患者さんへ、残りは患者さんの加入する保険組合へ請求しています。

Q. 今回の改定のポイントを教えてください。

A. 各診療行為の点数は法令により定められていますが、2年に一度その時々医療ニーズに応じて改定されることになっています。今回（平成30年4月）の改定では、高齢化の更なる進展、およびそれに伴う医療需要の変化を見据えた点数の見直しが行われました。具体的には、医療機関同士、あるいは医療機関と介護保険事業所との連携に対して重点的に点数が配分されました。また、在宅診療や在宅での看取りに関する点数も強化されています。これらは全て、住み慣れた地域で切れ目ない医療・介護サービスを受けられることを目指す、国の方針を反映するものと考えられます。

院内研究発表会

桜町病院では毎年3月に院内研究発表会を開催しています。本年は外来、手術室、放射線科、認知症疾患医療センター、リハビリテーション科が発表を行い、最優秀賞にはカンファレンスシートを使用する取り組みへの考察が評価され、リハビリテーション科の「患者様の退院へのアプローチが多職種連携により容易になるか」が、優秀賞には外来の「私たちはコンシェルジュナース」が選ばれました。



病院機能評価更新認定

「病院機能評価」とは医療の質と安全の向上を目的として一定の基準に基づき医療施設を評価したものです。当院では3回目となる更新にむけて病院機能評価委員会を立ち上げ全職員一丸となって取り組んできました。書面審査および7月に2日間にわたり行なわれた訪問審査を受審した結果、所定の認定基準に達していると認められ、1月4日付で3rdG: Ver.1.1の認定を取得しました。

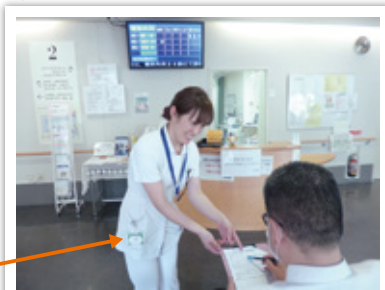


聖ヨハネ会合同入職式

4月2日(月)、本館戸塚ホールにおいて聖ヨハネ会の合同入職式が執り行われました。医療、高齢、障害部門の35名の皆さんが出席されました。式では理事長から社福法人改革が進められている中、聖ヨハネ会各施設が聖ヨハネ会の理念を胸に、部門間の連携を取りながら業務を進めていきたいというお話がありました。その後、各部門長からの歓迎のごあいさつ、病院等施設見学、修道会総長からのお話を締めくくりに式を終えました。



ご存知ですか?



◀この名札をつけた看護師がコンシェルジュナースです!

『外来コンシェルジュ』

桜町病院の外来には“コンシェルジュナース”がいます。外来コンシェルジュの仕事は、総合受付や外来の待合で、来院された患者さんの対応をすることです。診療科を迷われている際に相談に乗ったり、問診票に記入するお手伝いをしたり、救急や急変に対応したり…等々、様々な活動の中で常に心がけているのは、「患者さんの目線、気持ちに寄り添う」というホスピタリティ精神です。

患者さんに安心して診療を受けていただくため、マニュアル化された対応でなく一人ひとりの要望に応えられるよう、日々笑顔で活動しています。

編集後記 「さくら」第23号を発行しました。今号から誌面構成を一変させました。より読みやすく、より見やすくなるように心がけました。気軽に手に取ってお目通しいただきたいと思います。「さくら」についてのご意見・ご要望を病院の投書箱に入れてください。間もなく梅雨入り、災害が起こらないことを祈るばかりです。(周)