

患者のみなさんと病院をつなぐ

# かけはし



五平太ばやし



毎年9月に4階の介護療養病棟では、「敬老会」を開催します。今年には若松の青商会の皆さんによる“五平太ばやし”と病院職員のギター演奏で、楽しい時間を過ごしました。

この他にも、12月に「クリスマス会」、3月に「ひな祭り」を開催しています。どなたでも参加できますので、外来やお見舞いに来られた時など、機会がありましたら、ぜひご覧ください。

## 病院開設の理念

1. 地域住民に信頼される病院
2. 地域医療機関に信頼される病院
3. 職員に信頼される病院



# 骨粗しょう症

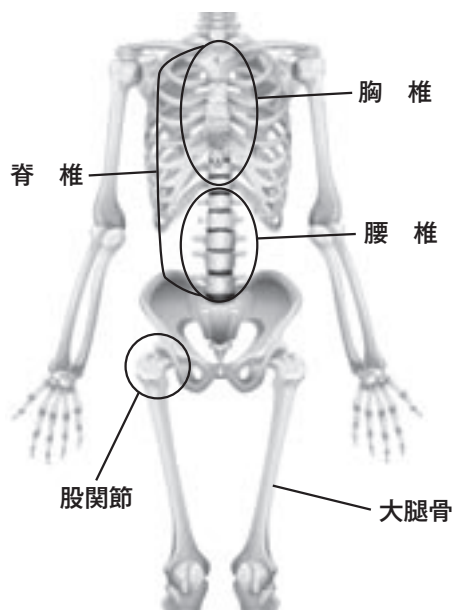
整形外科 内藤 時雄



骨粗しょう症とは、骨の中がスカスカになり、骨折しやすくなる病気です。特に女性は50歳前後で閉経に伴う女性ホルモンの急激な減少により、その後10年ほどで骨量が著しく減少し、骨粗しょう症と診断される領域へ進行します。

骨粗しょう症になると、腰椎や胸椎圧迫骨折、大腿骨近位部骨折などを生じやすくなります。椎体の圧迫骨折は日常的な痛みとともに姿勢の変化(円背)による転倒などのリスクが増加、活動性を低下させます。

大腿骨近位部骨折は移動能力や生活機能の低下の原因となり、骨折後自立した生活が可能な患者は5割程度です。また、1割の方が1年以内に死亡することから、生存率に直接影響がある重大な骨折です。



## 診断)

当院では、骨密度測定、尿検査や血液検査での骨代謝マーカーの測定、腰椎や胸椎のX線検査などで、骨粗しょう症の有無や程度を確認します。

脊椎や大腿骨等の脆弱性骨折<sup>※注1</sup>がある場合や骨密度が若年成人平均値<sup>※注2</sup>の70%未満であれば、骨粗しょう症と診断されます。

## 治療)

### 1. 薬物療法

当院では骨密度と骨質改善のバランスを考慮して、主にビタミンDとビスホスホネート製剤

を併用して治療を行います。

### 《ビタミンD》

腸管でのカルシウム吸収促進など、骨形成に効果がありさらに骨質の改善と高齢者の転倒抑制効果を認められています。

### 《ビスホスホネート製剤》

リセドロネート(ベネット)、アレンドロネート(ボナロン)ミノドロン酸(ボノテオ)などがあります。破骨細胞を減らすことで骨吸収を抑制します。すなわち骨代謝の出口を制限することで骨量低下を抑制する効果があり、骨折リスクを30%~50%低下させます。ごく稀に(1~10万人に1人程度)副作用として顎骨壊死の報告がありますが、現在では口腔内を清潔に保つことや、適切な歯科受診により発症を抑制できると考えられています。

ほかにも“ビタミンK”“SERM”“副甲状腺ホルモン誘導体”“カルシウム薬”“女性ホルモン薬”などが治療に使われます。

### 2. 食事指導

カルシウムに限らず、エネルギー及び栄養素をバランスよく摂取することが重要です。例えば乳製品ではカルシウムを摂取しやすいのですが、高脂血症のある方は乳製品の取りすぎは注意が必要です。

### 3. 運動指導

適度に筋力増強やバランス運動を行うことで、転倒予防や骨密度の上昇が認められており、骨折予防となります。

近年は骨密度測定だけでなく、骨質を評価するマーカーについての研究が進んでいます。これにより、骨粗しょう症に伴うリスクを予測し、より効果的な治療薬の選択ができる可能性が高まっています。

骨粗しょう症治療の主な目的は、高齢者の骨折を減らすことです。高齢者の骨折を減らすことが、生活機能の低下や生存率の低下を防止するために重要と考えられます。

※注1：軽い衝撃で起こる骨折

※注2：20~44歳までの骨量の平均値

# 骨密度測定装置が新しくなりました



放射線科 澤村 敏幸

10月22日から新しい骨密度の装置に変わりました。今までは前腕骨で骨密度を測定していましたが、これからは腰椎や股関節を測定します。検査時間は今までより少しかかりますが、より精度の高い骨密度測定



ができます。現在、骨粗しょう症の患者さんは推計で1000万人ともいわれています。特に女性はホルモンの関係で73歳を超える頃から2人に1人の割合で骨粗しょう症になっています。その数は男性の約3倍です。骨粗しょう症自体はそれ程怖い病気ではありませんが、骨折のリスクが上がり寝たきりの原因にもなりますので、この機会に是非一度、ご自分の骨密度を測定されることをおすすめします。

また、下記に心あたりのある方は骨密度が低い傾向にあるといわれています。ご参考までに！

「通常より早く閉経を迎えた」「あまり運動をしない」「比較的小柄な方」「無理なダイエットの経験がある」「栄養不足がみ」「家族に骨粗しょう症の方がいる」「長期にわたるヘビースモーカー」「過度のアルコール摂取」「コーヒーに含まれるカフェインや塩分の取り過ぎ」などは注意が必要です。

## インフルエンザの予防接種が始まっています

インフルエンザの抗体ができるには3週間～4週間必要です。流行する前に早めの接種をおすすめします。接種をご希望の方は、医事係、内科又は小児科(中学生以下)でご予約をお願いします。

※かかりつけの科でできる場合もあります。ご相談ください。

**町立芦屋中央病院：093-222-2931**

### ◆接種日

中学生以下(小児科)・・・月曜日～木曜日の9:00～11:00

高校生以上(内科)・・・月曜日～金曜日の9:00～15:30

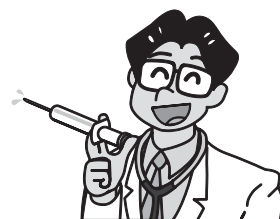
※経過観察のため翌日が祝日にあたる場合を除きます。

### ◆接種料金

65歳未満・・・3,600円

65歳以上・・・1,000円

※その他公費負担に該当する方は料金等が異なります。あらかじめ、お住まいの役場窓口(予防接種担当部署)でご確認ください。



## 喫茶を再開しました。

10月15日から喫茶を再開しました。軽食など食事ができますので、お気軽にご利用ください。

### ■売店・喫茶営業時間

	売 店	喫 茶
平日(月曜～金曜)	午前8:30～午後6:00	午前9:00～午後5:00
土曜	午前8:30～午後5:00	午前9:00～午後4:00
日曜・祝日	休 み	休 み



# 町立芦屋中央病院外来診療担当表

平成24年11月1日現在

診療科	時間	月	火	水	木	金	土
消化器科	午前	櫻井	別府	槇	小島	櫻井	消化器科、内科医師で交替 (午前のみ)
	午後		小島		別府		
内科	午前		呼吸器科 西尾		呼吸器科 西尾		
		加来	加来	加来	山岡	加来	
		循環器科 大江	循環器科 安田		循環器科 大江	循環器科 荒木	
	糖尿病 黒住	肝臓病 日浦	糖尿病 森田		膠原病 宮崎(佑)	糖尿病 岡田	
午後	山岡	小島	別府	加来	神経内科 野原 山岡		
小児科	午前	九大派遣医師	九大派遣医師	九大派遣医師	九大派遣医師	九大派遣医師	
泌尿器科	午前	井上	井上	井上	井上	井上	井上 第2・4は休診
	午後	井上 (女性専用)	井上				
整形外科	9:00~	野々村	内藤	内藤 野々村	野々村	内藤	2人で交替
	10:30~	内藤				野々村	
	午後		内藤		野々村		
外科	午前	井下	永渕	2人で交替	井下	永渕	2人で交替
	午後	永渕	2人で交替		井下		
眼科	午前			産医大派遣医師		産医大派遣医師	産医大派遣医師
	午後						
耳鼻咽喉科	午前	工藤	工藤	工藤	工藤	工藤	
	午後		工藤	工藤		工藤	
腎外来	10:30~		宮崎	宮崎	宮崎		
C T ・ 超音波		小坂	小坂	小坂	小坂	小坂	小坂
心臓リハビリ		14:00から	13:00から	14:00から	14:00から	14:00から	

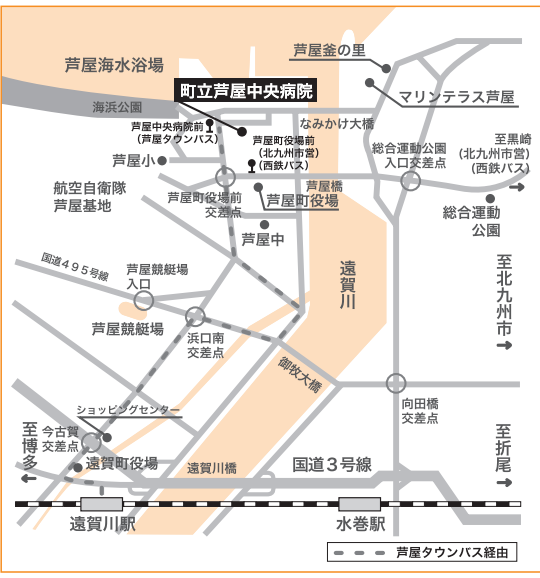
**受付時間**      **午前** [月曜日～金曜日] 11:00まで [土曜日] 10:00まで      **午後** 13:00～16:00

**リハビリ受付時間**      **午前** [月曜日～金曜日] 11:00まで [土曜日] 11:00まで      **午後** 13:00～18:00

**お知らせ**

芦屋町の今年度の集団健診は11月が最後となります。まだ受けられていない方は、お急ぎください。

お申込みは役場の住民課健康づくり係へ  
電話：223-3533



・JR遠賀川駅から芦屋タウンバス「芦屋」行きにて「芦屋中央病院前」下車。徒歩1分

・JR折尾駅から北九州市営バスにて「芦屋町役場前」下車。徒歩8分

**町立芦屋中央病院**

〒807-0101 福岡県遠賀郡芦屋町幸町8番30号  
TEL 093-222-2931(代)  
FAX 093-222-2176  
FAX 093-223-0301(医療連携室)  
e-mail hospital@town.ashiya.lg.jp  
URL: http://www.ashiya-central-hospital.jp