

鎌倉病院通信

令和3年8月（第2号）

【今号の内容】

- ・体重と関節痛について
- ・入院及び外来の紹介
- ・オンライン講演会のお知らせ
- ・富士登山サポート報告



体重と関節痛って本当に関係あるの？

はじめに BMI という言葉は知っていますか？

Body Mass Index の略称で肥満度の判定として参考にする数値です。

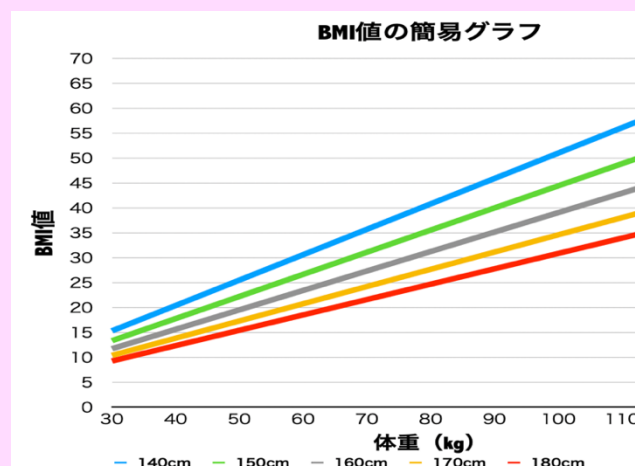
以下の計算で簡単に数値化できます。

$$\text{体重 kg} \div (\text{身長 m} \times \text{身長 m}) = \text{BMI}$$



肥満度が高くなるとどうなるの？

糖尿病・脂質異常症・高血圧症・心血管疾患などの生活習慣病や数多くの疾患の引き金となりやすいと言われています。その中に関節痛や腰痛といった整形外科疾患も含まれます。



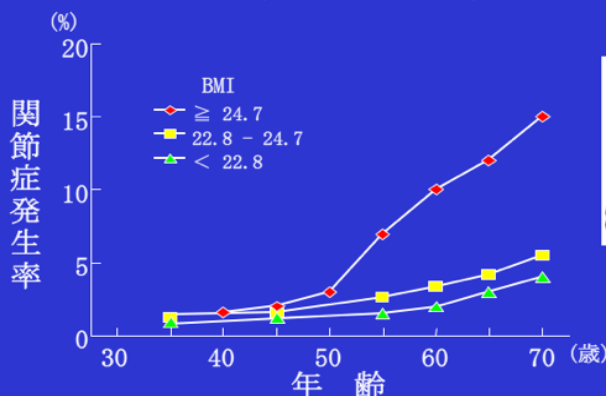
肥満度と関節痛の関係性は？

腰部や膝関節、股関節などに生じる痛みは、それぞれの原因疾患だけでなく肥満による体重負荷が痛みを誘発・増強させやすくなります。

腰部や下肢の関節は、加齢に伴い摩耗や変性が生じやすくなります。体重負荷が大きくなると、この摩耗や変性がさらに進行しやすくなります。

体重が関節症発生に及ぼす影響

BMI の差による検討 - Gelber AC, 1999 -



適度な運動・食生活の見直し・生活習慣の見直し

まずはこの3つを意識して体重管理を行いましょう！

看護部長よりご挨拶

5月1日付、鎌倉病院の看護部長として就任いたしました錦織涼子です。
この度は自然に囲まれた、歴史ある鎌倉病院の一員になれたことを嬉しく思っております。歴史が物語っている通り建物が古く皆様にはご不便をおかけ致しているかと存じますが、明るく活気があるベテラン看護師がケアにあたっています。私たち職員の願いは、住み慣れた地域・ご自宅へ退院されていく姿を、お見送りすることが何よりもの喜びです。
退院時の患者様の笑顔を支えに、スタッフ一同頑張っています。



3階病棟看護部より

3階は地域包括ケア病棟となっています。当入院病棟は急性期の治療を終え、すぐに在宅や施設の生活に移行することに不安を抱えリハビリが継続的に必要な方や、在宅・施設での療養中から緊急入院された方、介護者の事情等で一時的に自宅療養継続が困難となった方にご利用を頂いています。
チーム医療を充実させ、患者様が安心して安全に在宅へお戻り頂けるように、患者様のお声に耳を傾け、個々に寄り添ったケアプランを大切に、看護の提供を心掛けています。



2階病棟看護部より

2階病棟は整形外科の手術や内科疾患を中心とした急性期の入院病棟です。主に膝や肩の人工関節、脊椎、各骨折の手術前後の患者様が多く入院しています。建物は古いですが、「この看護師さんはとても優しく親切だ」と言ってくれる皆様の言葉に励まされています。手術後のリハビリが進み、動けるようになり、病状が日々回復していく姿をお見かけすることが私たち看護師の喜びです。病棟は毎日明るく楽しい雰囲気であり、「看護の金メダル」目指してスタッフ丸となり頑張ります。



外来看護部より

当院では骨粗鬆症、関節痛・腰痛、骨折、捻挫など、整形外科全般の保存的加療および手術的加療を行っております。
また内科では生活習慣病をはじめ、内科疾患全般の早期発見、早期治療を目指しております。
整形外科手術は他院より紹介の方も多く、訪れた患者様が安心して、そして安全に手術を受けられるよう援助いたします。



オンライン講演会のお知らせ

第二弾は、橋本医師の講演動画を配信いたします。

テーマ：不整脈の薬について

講師：橋本医師（内科）

配信予定日：9月末ごろ

詳しくは、当院ホームページ、フェイスブックにて



富士登山サポートへ参加

富士山登山客の救護サポートに参加してきました。病院と違う環境、限られた物資の中での救護は、普段働いている中では体験できないことばかりで凄く勉強になりました。

参加者：内科医師・麻酔科医師・看護師



次号は11月頃発行予定です