

～ コルセット装着のポイント～ コルセットは「お薬」です!!

リハビリテーション科
リハビリ助手（義肢装具士） 渡邊 あゆみ

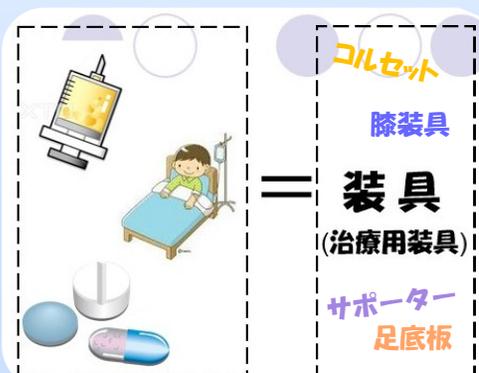
腰痛や圧迫骨折の治療で、コルセットを装着して日常生活や、治療・リハビリ訓練をすることがあります。

コルセットは「治療用装具」と位置づけされており、

- ① 痛めている筋肉や骨折部位を外部から固定し動きの制限をする
- ② 痛みを軽減し、痛みにより寝たきりにならないよう、早期から離床を促すことを目的として装着します。

しかし、『窮屈』『装着が面倒』『すぐズレる』という理由で、装着しなくてはならない時期に正しい装着をせず、症状を悪化させてしまう患者様もいらっしゃいます。ですから、正しい装着が必然となります。

では「コルセット装着」の考え方を少し変えてみましょう。例えば、病気になったら病院を受診し、医師の診断を受け、薬を処方してもらい、決められた通りに服薬します。



コルセットも同様です。「薬」が「コルセット」に変わり、「薬を腰に巻き付ける」というイメージに変えてみてはいかがでしょうか。コルセットの必要性を感じませんか？

正しく装着せず、「腰が痛い!!」というのは、薬を飲まず「病気が治らない!!」と言うことと同じ事です。『コルセット＝薬』であると理解して頂き、正しい装着を行いましょう。



またコルセットのみではなく、装具全般(膝装具や下肢装具など)も、正しく装着しなければ、効果は現れません。

装着開始時に装着方法を義肢装具士やリハビリスタッフ、看護師などが説明しますので、理解して頂き、正しい装着をお願いします。

装着方法がわからないなどありましたら、お気軽に病院スタッフに相談してください。

～病院で作製したコルセットの装着ポイント～

- ★1番下のベルトが下腹の部分にくるようにコルセットを巻き付け、下の2本のベルトを少し強めに締める。(腹圧を高め、周辺筋の補助、固定、動きの制限、ズレ防止等のコルセットの装着効果を高めるため)



- ★その他のベルトは適度に締める



～既製品コルセットの装着ポイント～
※ 骨盤の半分～2/3程度、被せるように巻き付ける



締め付けが嫌で、ベルトを緩く締めたら、ただの「腹巻き」です。コルセットの効果は全くありません。

ゆたあ〜と

発行

小国公立病院
0967-46-3111

おぐに老人保健施設
0967-46-6111

訪問看護ステーション
0967-46-6050

小国調剤薬局
0967-46-5736

ゆう薬局
0967-46-6320

11月号

平成28年11月1日

久々の・ちょっぴりと豆医学!!



「ヘルニア」について

総合診療科 外科 園田 明莉

「ヘルニア」という言葉をご存じでしょうか？

- 『① 腰のヘルニア(椎間板ヘルニア)』
- 『② 鼠径ヘルニア』 『③ 食道裂孔ヘルニア』 など、この名前の病気はいくつかありますが、それぞれ違う病気です。



① 腰のヘルニア (椎間板ヘルニア)

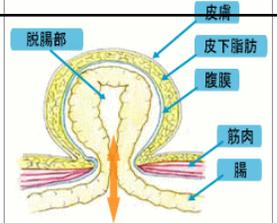
「ヘルニア」とはラテン語で「突出する」という意味です。

- ①は背骨の軟骨が突出し、背中の神経に触れて腰や足に痛みが出るもの、
- ②は足の付け根の筋肉の隙間から腸が出る＝脱腸、
- ③はお腹にある胃の一部が胸部に突出している状態です。

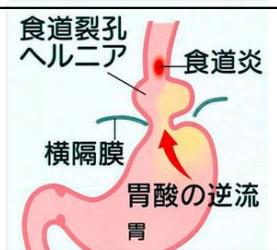
同じ名前なのに違う病気というのは分かりにくいなあ・・・

と医者の中でも思います。

ちなみに②のヘルニアは、お腹に力を入れると足の付け根がポッコリとふくれたり、横になると元に戻ったりします。治療は、基本的には手術ですので似たような症状でお困りの方はいつでも外科にご相談下さい。



② 鼠径ヘルニア



③ 食道裂孔ヘルニア

漢方の不得意分野／副作用 総合診療科 山田 治行

「漢方の不得意分野」

「副作用」

西洋医学の最大の特徴は先進の検査機器を使い、悪い部分を探し出して取り除くことです。漢方にはそうしたテクノロジーもなければ手術もありません。本来備わっている治癒力を引き出すことが目的だからです。



漢方の副作用として有名なものは小柴胡湯の長期連用による間質性肺炎や甘草という生薬による低カリウム血症が挙げられます。

その他、食欲低下、浮腫など、西洋薬と同様の副作用も認められますが、いずれの副作用も、より漢方的な随症治療（既出）に近づけることにより減らすことが可能です。

西洋薬に比べて副作用が少ないことが知られている漢方薬ですが、全くないわけではないありません。薬疹などのアレルギー反応は西洋薬、漢方薬に限らず、食品、化粧品などすべての物質（タンパク質）で起こり得ます。

新スタッフ紹介



名前: 能勢 拓(のせ たく)
専門: 総合内科

初めまして、熊本赤十字病院から来ました。医師として5年目になります。もともと神戸大学卒業で昨年から熊本で働いています。関西から来た当初には言葉の壁に苦労しましたが、今では何とか方言を理解しながら診察をしています。10月から2ヶ月と短期間ですが、小国郷の皆様の健康に少しでも力添えを出来る様に頑張っていきたいと思っています。宜しくお願いします。



名前: 藤井 巳加(ふじい みか)

熊本赤十字病院研修医2年目です。出身は熊本市内(出水)で、2歳から大学卒業までずっと実家暮らしでした。熊本県民ですが、阿蘇・小国については初心者なので、この3ヶ月間で医療だけでなく地域のことも学びたいと思います。学生時代はバスケットボールをしていました。体力は落ちてしまいましたが、体は動かしたいと思っていますので、運動する際は誘ってください。ご迷惑をおかけすることも多いと思いますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



名前: 河津 渉
(かわづ わたる)
所属: 外来

日田市大山出身で、祖母のいる小国町に就職させていただきました。

今までにいた病院では、循環器・呼吸器を主に学んできましたが、多くの科がある公立病院で、他科を学んでいきたいと思っています。微力ですが、頑張っていきますので、宜しくお願いします。



名前: 渡邊 優子
(わたなべ ゆうこ)
所属: 2階病棟

9月より、2階病棟勤務となりました。以前は、介護施設で勤務していましたが、病院と施設では仕事内容など異なる部分が多く戸惑うばかりです。早く仕事に慣れ患者様の力になれるよう頑張りたいと思いますのでよろしくお願いします。



名前: 杉本 美香
(すぎもと みか)
所属: 3階病棟

日赤病院から来ました。3階病棟で半年間の短い期間になりますがお世話になります。

天草出身なので、今年は小国の冬を楽しみたいと思います。よろしくお願いします。

職員川柳

ひとよこい 笑顔とお茶と 金木犀



「地域包括医療・ケア」を地域づくりの礎に、出羽の国から国保新時代を見据えて」をメインテーマに10月7・8日に山形県で盛大に開催されました。



これから患者様の近くで、患者様の抱えている問題に気づき、寄り添った看護を実践していきたいと思っています。

第56回全国国保地域医療学会研究発表を終えて
小国公立病院 看護師 石松 由美

を製作しての一考察)で、優秀賞をいただき、今回、全国での発表を終えました。発表後、京都の病院の看護師様から評価を頂き、同じような問題を抱えた患者様の手助けになればと1台お渡ししました。

おぐに老健だより みんなでおはぎを作りました!!



デイサービス利用者を対象とした「おはぎ作り」がありました。男性の方にはもち米をこねてもらい、女性の方に餡子やきな粉に包んでもらい、楽しく作業が出来ました。みなさん、何個もおかわりされ、美味しそうに頂いていました。自分達でつくったおはぎは美味しかったです。また調理実習を計画していますので、楽しみにして下さいます。次は何をつくりましょうか?



次回、ゆたあ〜と新聞は平成29年1月4日(水)発行予定です。お楽しみに!!