

健康生活お役立ち新聞

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

町田・
県央版

2020年5月

No.38

混同しがちな診療科

「整形外科」と「形成外科」を解説

今、病院の診療科が細かく分かれていきます。名前が似ていて、つい「どっちに行けばいいのかな？」と迷ってしまうこともあります。その中から、「整形外科」と「形成外科」の内容を紹介します。

整形外科は「体の芯」

子どもから大人まで、診察を受ける人の年齢層が、最も

広いといっても過言ではない「整形外科」。この科では、人間の体の芯になる骨や関節のほか、それ

を取り囲んでいる筋肉や腱、靭帯などを含めたものを扱っています。

整形外科

診療範囲	体の運動に関するもの ●骨や関節の外傷・疾患 ●靭帯や筋肉の外傷・疾患 ●リハビリテーション ●腰痛、肩こり など
疾患	【外傷】骨折、脱臼、打撲、捻挫、切断肢再接着 など 【先天性疾患】斜頸、股関節脱臼、内反足 など 【変性疾患】変形性関節症 など 【脊椎疾患】腰椎椎間板ヘルニア、頸椎症、側弯症 など 【自己免疫疾患】リウマチ など 【代謝性疾患】骨粗鬆症、痛風 など

形成外科

診療範囲	体の表面や形に関するもの ●けが、やけど、床ずれなどで生じた傷 ●がん手術で失った組織や機能の再建 ●皮膚の病変で切除などが必要なもの ●体の先天性奇形の修正 ●若返りのための手術や美容外科 など
疾患	【皮膚腫瘍切除】粉瘤、脂肪腫、ほくろ、いぼ など 【爪】陥入爪、巻き爪 など 【外傷】切傷、擦過傷、裂け創、刺創、咬傷 など

整形外科と形成外科の違い(主なもの)

呼び、その機能的改善を重要視して、治療が進められます。当然のことながら「外科」なので、治療の方法として手術も実施されます。

形成外科は「見た目」

それに対して「形成外科」は、生まれながらの異常や、病気やけがなどによって発生したものを、外見の要素を加味して治療(改善)することを目的としている診療科です。

表面の見た目がよくない状態を、改善することに特化した「外科」と考えることもできます。

したがって、その容姿が特に目立つ部位である頭や顔面などにおいては、通常は整形外科の領域である骨や、皮膚科の領域である肌に関して、形成外科の対象になることが多々あります。

腰痛は「椎間板」「靭帯」の変形かも！

ふれあい町田ホスピタル 西川雄司 医師

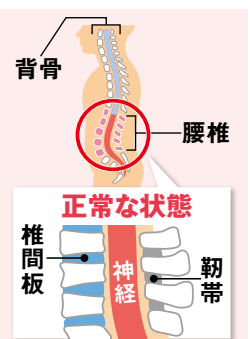
「整形外科専門医が答えます」

東京都町田市にある「ふれあい町田ホスピタル」は、整形外科に加えて「リハビリテーションセンター」も有している地域病院です。同院の西川雄司医師に、よくある質問についてお答えいただきました。

【よくある質問①】

「脊髄」「腰椎」「椎間板」「靭帯」という言葉がわかりませんか。教えてもらえますか？

(西川医師)はい。まず「腰椎」とは、背骨の中でも腰の辺りの骨を指します。背骨は管になっていて、その中の空間は「脊髄管」といいます。



「正常な状態」で、椎間板が変性して後ろに飛び出るのが「椎間板ヘルニア」です。靭帯が厚くなって前へ圧迫する

を、「脊髄」と呼ばれる神経が通っています。クッションのように、前方では「椎間板」、後方では「靭帯(黄色靭帯)」に囲まれているのです。

【よくある質問②】

腰椎や椎間板、靭帯に関係

のしびれ、痛みや足



ふれあい町田ホスピタル
042-798-1121
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8

早期のがんを発見できる「賢い」内視鏡

内視鏡検査を受けたことがありますか？

日本人は欧米人と異なり、「自分は健康!大丈夫」と思い込んで、よほどのことがない限り、検査は受けません。しかし、無症状のうちにこそ、受ける意味があるのです。

自覚症状がないから受ける

例えば、胃がんは早期に自覚症状がほとんどありません。一般人が症状から胃がんを早期に発見(自覚)することは、ほぼ不可能です。まれに腹部上方に痛みを感じたり、食欲不振や腹部の膨満感などが現れることがあります。胃がんを断定する特有の症状ではありません。

内視鏡検査



胃カメラ(上部内視鏡)
大腸カメラ(下部内視鏡)

年1回の内視鏡検査が必要な理由とは

さがみ野中央病院 反町仁一 診療部長

内視鏡検査を行なっている「さがみ野中央病院」で診療部長を務める反町仁一医師に、内視鏡について伺いました。(取材協力)

Q. 胃カメラの検査対象は、

「胃」だけなのですか？

A. 上部内視鏡(いわゆる「胃カメラ」)では、胃のほか、食道や十二指腸の検査ができます。同じように、下部内視鏡(いわゆる「大腸カメラ」)では、大腸、直腸の検査が可能です。

さらに内視鏡は、食道・胃・十二指腸・大腸(直腸)の良性ポリープや、早期のがんを切除する手術治療もできます。

Q. では、胃から腸にかけては、開腹せずに内視鏡で治療ができるのですか？

A. 全ての治療ができるわけではありません。例えば、がんはある程度の大きさ(1cm以上)になると、内視鏡での治療ができなくなります。また、胆管結石の場合も1cmを超えると、内視鏡での摘出が困難になります。



内視鏡を担当している反町仁一医師

さがみ野中央病院
046-233-5110
海老名市東柏ヶ谷6の20の20

大和市西鶴間 旧246沿いのアクセス良好なクリニック

正 パ 車 車 車

第二新卒! 元気なシニア! 働きやすいアットホームな職場です

正 事務 ① 医事課(受付・レセプトなど) ② 総務課(院内外の事務全般)

① 165,800円~304,200円 ★皆勤手当10,000円/月含む
➡ 想定年収 約266万円~約490万円(手当込み)

② 190,000円~304,200円 ★皆勤手当10,000円/月含む
➡ 想定年収 約310万円~約492万円(手当込み)

① 学歴・資格不問、未経験歓迎 ② 大卒以上、35歳未満 (キャリア形成を図るため)
● 年間休日121日+夏季休暇3日
● 社会保険完備 (健康・雇用・労災・厚生年金)

待遇 医療費補助制度(グループ病院の外来・入院・薬局)、育休・時短勤務制度、交通費支給(5万円までは全額)、車通勤・無料シャトルバス通勤可 など



医療法人社団 公仁会

成和クリニック

046-264-3911

〒242-0005 神奈川県大和市西鶴間5-3488-7

www.fureai-g.or.jp/seiwa-clinic/

パ ドライバー 送迎バスの運転業務

時給 1,020円 勤務 シフト制(土曜日・祝日含む) 7:00~18:00のうち 4時間程度

応募資格 ● 普通自動車免許(一種で可) ● 74歳以下(定年75歳のため)



応募 お電話の上、必要書類などを郵送ください。QRコードからも求人フォームで申込みできます。

今月のイチオシ

求人 Recruit Information

夢、広がる。仕事、見つかる。私、頑張る。

正 正社員 パ パート N 未経験歓迎 車通勤可 車通勤可 プライベート充実

さがみ野中央病院の整形外科

脊椎（せぼね）・骨粗鬆症・手外科の 専門外来も設置

〈取材協力〉

「さがみ野中央病院（海老名市東柏ヶ谷6の20の20）の整形外科では、外傷（骨折、脱臼、切り傷など）や腰痛、肩こり、関節痛の治療だけでなく、脊椎外科や骨粗鬆症、手外科、リウマチなど、様々な分野の専門外来も開設しています。」

木曜日・金曜日に

専門外来を開設

専門外来の担当医を紹介し
ます。

院長である山田久孝医師Ⅱ

今号「この人に聞く」で紹介
Ⅱは、毎週木曜日（午前午後）
の「骨粗鬆症専門外来」を担
当。

50代以上は骨粗鬆症に注意

同じ木曜日の午後には、渡
辺雅彦医師（東海大学整形外
科教授）による「脊
椎専門外来」へ椎
間板ヘルニア、腰
部脊柱管狭窄症、
頸髄症、脊椎圧迫
骨折など」を開設
しています。

日本骨粗鬆症学会認定医で
あり、これまで1500人以
上の骨粗鬆症患者の治療実績
をもつ山田久孝院長は、次の
ように話します。

（山田院長）「近年、人口の

高齢化によって、骨粗鬆症を
抱える方の数は非常に多く
なっています。そしてこの病
気は、自覚症状がないまま進
前には、山中一良

骨粗鬆症
かもしれません!!
実はこれ、
✓昔より背が縮んだ(2cm以上)、
✓背中が曲がった
✓最近、高い所に
手が届かなくなった
✓最近、スカートの丈が
長くなった
✓スポンの裾が汚れる

骨粗鬆症の専門検査・診察は
さがみ野中央病院 医療相談室へ!
☎046(233)5110

✂きりとり

「かかりつけ病院」として

満足度の高い医療提供を

○…さがみ野中央病院の開
院時から現在まで、30年以上
にわたって診療を続けていま
す。「開院当初から、当院は

患者さまとの「距離が近い」
病院であり、担当医の「顔が
見える医療」をモットーに掲
げています。大規模病院など
し当院の常勤医は、10年以上

この「人」に聞く



山田 久孝 医師
(やまだ ひさたか)

さがみ野中央病院 院長
【整形外科】

日本整形外科学会 整形外科専門医
日本整形外科学会 認定脊椎脊髄病医
日本骨粗鬆症学会 認定医

行っていく怖さがあります。
例えば、背中や腰の骨が潰
れて折れていても、気づいて
いない方が3人のうち2人と
され、日本の骨粗鬆症患者は
およそ1300万人といわれ
ています。特に閉経後の女性
は、女性ホルモンの減少にと
もない、骨の新陳代謝のバラ
ンスが崩れ、骨が弱くなっ
ています。少し重たい物を持
ち上げただけで骨折してしま
ったり、軽い転倒でも骨が折れ
てしまうのは、このためです。
骨折してから気づくのでは
手遅れになりかねません。レ
ントゲン検査などで早いうち
から骨の状態を知り、骨粗鬆
症に対する適切な治療により
進行を予防することができま
す。

『年をとって、2cm以上背
が縮んだ』という方は、是非
当院で専門検査を受けてみる
ことをおすすめします。』

担当している医師がほとんど
なので、『前は骨折だった
けど、今回は腰痛で来ました』
という患者さまを、力
を感ずることもなく、何でも相
談していただける医師であり
たいと努力しています。

○…「一般的には、いつも診
てもらっている医師（かかり
つけ医）がいて、詳しい検査
や入院治療もできる『かかり
つけ病院』としての存在意義
を確立し、患者さまの満足度
の高い医療を提供していきたい
と考えています。趣味のサ
イクリング（自転車）のように、
爽快感が印象的な院長です。

○…整形外科の道に進んだ
理由の一つは、有効性の高い
治療が行なえる診療科だった
からとのこと。「学生時代に
サッカー部に所属していた
けがの部位が手術で劇的に良
くなる様子を目の当たりにし
ました」。専門は脊椎の病気
や骨粗鬆症ですが、「専門分

野だけでなく、ご来院された
患者さまの幅広い悩みに対応
しようという心構えで、常に
準備しています。敷居の高さ
を感じることなく、何でも相
談していただける医師であり
たいと努力しています。

○…「一般的には、いつも診
てもらっている医師（かかり
つけ医）がいて、詳しい検査
や入院治療もできる『かかり
つけ病院』としての存在意義
を確立し、患者さまの満足度
の高い医療を提供していきたい
と考えています。趣味のサ
イクリング（自転車）のように、
爽快感が印象的な院長です。

○…「一般的には、いつも診
てもらっている医師（かかり
つけ医）がいて、詳しい検査
や入院治療もできる『かかり
つけ病院』としての存在意義
を確立し、患者さまの満足度
の高い医療を提供していきたい
と考えています。趣味のサ
イクリング（自転車）のように、
爽快感が印象的な院長です。

○…「一般的には、いつも診
てもらっている医師（かかり
つけ医）がいて、詳しい検査
や入院治療もできる『かかり
つけ病院』としての存在意義
を確立し、患者さまの満足度
の高い医療を提供していきたい
と考えています。趣味のサ
イクリング（自転車）のように、
爽快感が印象的な院長です。

○…「一般的には、いつも診
てもらっている医師（かかり
つけ医）がいて、詳しい検査
や入院治療もできる『かかり
つけ病院』としての存在意義
を確立し、患者さまの満足度
の高い医療を提供していきたい
と考えています。趣味のサ
イクリング（自転車）のように、
爽快感が印象的な院長です。

さがみ野中央病院 ☎046-233-5110 受付 [午前] 8:30~11:30 [午後] 13:30~16:30

診療科目	月	火	水	木	金	土
整形外科 診療表	午前 午後	● ●	● ●	● ●	● ●	● ●
専門外来						
骨粗鬆症	午前 午後	● ●	● ●	● ●	● ●	● ●
手外科	午前 午後	● ●	● ●	● ●	● ●	● ●
脊椎	午前 午後	● ●	● ●	● ●	● ●	● ●

※一般外来における山田院長の診察や各専門外来の初診をご希望の方は、当院の医療相談室・内藤までご連絡ください。

介護老人保健施設・ふれあいの町田

楽しみながら 機能改善のリハビリを 通所リハビリテーション



その人に合った個別のリハビリを実施

されます。管理栄養士が考案
したバランスの良い美味し
いメニューなので、外食感覚で
昼食を楽しみに来所する利用
者も多くいます。

施設スタッフは次のように
話しています。「当施設では、
手すりやスロープを設置した
浴室がありますので、ご自宅
での入浴が困難な方は、是非
ご入浴サービスをご利用くだ
さい。経験豊富なスタッフが
安全第一に介助いたしますの
で、ご安心してゆっくりとご
入浴いただけます。

リハビリ施設といっても、
訓練ばかりでは疲れてしま
いますので、当施設では、毎
日レクリエーションの内容を変
え、飽きることなく楽しい場
としてお過ごしいただけるよ
うに企画しております。ま
ずはお気軽にご相談ください。
取材協力／ふれあいの町田

介護老人保健施設・ふれあ
いの町田には、「通所リハビ
リテーション」があります。
これは文字通り、自宅で生
活している高齢者が、施設に
通って、必要なりハビリを行
なう場所です。日中に施設に
行って、主に身体機能の維持・
向上のためのリハビリ訓練を
し、時には楽しいレクリエー
ションなどに参加して、1日
（施設では実質6時間程度）
を過ごすことができます。

車椅子での来所も可能で、
車椅子対応車を用意していま
す。利用者の自宅へ無料送迎
があり、施設では昼食も提供

ふれあいの町田

通所リハビリテーションの

1日の主な流れ

8:30 送迎開始
9:00 健康チェック
10:00 入浴
10:00 レクリエーション
12:00 昼食・口腔ケア
12:00 トイレ誘導
13:30 個別リハビリ
13:30 レクリエーション
15:00 ティータイム
16:00 サービス終了
ご自宅へ送迎

住所:東京都町田市小山ヶ丘1-3-7

入所・ショートステイ・通所リハビリテーション

介護老人保健施設

ふれあいの町田

☎042-798-2001 [月~土 8:30~17:30]

介護付有料老人ホーム

シニアレジデンス町田

シニアレジデンス町田は、医療・介護・福祉・教育などの事業を
展開する「ふれあいグループ」運営の介護付有料老人ホームです。
その最大の特徴は、同じ建物内に
病院「ふれあい町田ホスピタル」(医療法人社団 康心会)を併設していること。
2階の居室からすぐ下の1階には、病棟の受付・診察室・検査室・手術室・
人工透析室などが備わっているため、階下に行くだけで、
通院できるという環境です。
上層階の3・4階は入院病棟(全199床)で、緊急時も万全。
もちろん、各フロアは部外者の出入りができないように
セキュリティがしっかりとされています。
館内ではサークル活動やカラオケなどのレクリエーションも充実していて、
併設病院からは理学療法士と作業療法士が来館するので、
楽しい娯楽と身体機能の維持・向上を目指す健康的な日常が送れます。

見学のお申込み・資料請求

フリーダイヤル ☎0120-86-6534
受付時間 9:00~18:00



【施設概要】土地・建物の権利形態:通常借家契約自動更新条項あり(20年以上の長期賃貸借契約締結(済)) / 敷地面積:17,988.89㎡・32.517.43㎡ / 延床面積:4,161.39㎡(鉄骨・鉄筋コンクリート造・地下1階地上4階建) / 住居の権利形態:利用権方式(返還金制度あり) / 居室設備:エアコン・キッチン・バス・トイレ・照明・収納・浴室(一部)・シャワーブース(一部)・洗濯機付トイレ・洗面台など / 共用施設:大浴場・個人浴室・機械浴室・ランドリールーム・ラウンジ・多目的ホール・機能訓練室・屋上庭園・和風光庭・洋風光庭・ロビー・相談室・一時介護室・健康管理室・ヘルパーステーション・自販機コーナー・エレベーター / 開設日:2008.3 / 募集:5室(全80室) / 入居一時金:1,700万円~5,980万円 / 管理費:125,714円~285,476円(税込) / 食費:60,210円(1日3食50日の場合) / 入居資格:65歳以上の自立または要支援・要介護 / 事業主体:(有) 湘南ふれあいの園 / 広告有効期限:2020.6.1

入居一時金 1,700万円~ 月額管理費 12万5,714円~

シニアレジデンス町田が立つ敷地は、
地域病院・老健・薬局を併せもつ
「複合医療施設」!

随時、見学の
ご相談やお問合せなど
を受付中です。
お気軽に
お電話ください。

施設スタッフ

アクセス

■電車・バスをご利用の方

橋本駅から神奈中バス「神奈中多摩車庫」行きでバス停「多摩境通り北」下車

■お車の方

国道16号から「多摩境通り」を上り方面へ信号「小山長池トンネル南」近く

■無料シャトルバスをご利用の方

京王「多摩境駅」「南大沢駅」またはJR「相模原駅」(日・祝除く)からご乗車



シャトルバス

シャトルバス

シャトルバス

シャトルバス

シャトルバス

シャトルバス

健康生活お役立ち新聞

町田・
県央版

2020年5月

No.38

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

コロナウイルスに打ち勝つために

ウイルスによる人類への脅威は、今も昔も変わらないようです。感染予防の三原則を守り、各自でこれからの危険なウイルスや病原体を広がっていかないように、注意していきましよう。

異質なウイルス

病原性ウイルスとして、かつてないほどの猛威を振るっている新型コロナウイルス(COVID-19)は、私たちが認識してきたウイルスとは、かなり性質が異なるものなのです。

ちの生活に、とても大きな影響を及ぼしています。

感染経路は二種類

コロナウイルスの感染経路は、インフルエンザと同様に、くしゃみや咳の「飛沫感染」と、人がウイルスに触れるこ



とによる【接触感染】が基本になっています。結核や麻疹のように【空気感染】はないとされています。(2020年3月末現在。)

ただ、初期症状が軽症で、さらにその潜伏期間中も、他者に感染させてしまうところから、SARS(2003年に

感染予防の三原則

一般的に感染予防の三原則として、提唱されているのは次の3つです。

① 感染源の排除

② 感染経路の遮断

③ 健康・免疫の管理

世界の至る所で存在する

呼吸器疾患で引き起こされる心臓の病気

取材協力／大和成和病院 松山孝義 医師

大和成和病院(神奈川県大和市南林間9の8の2)0466-2778・3911で心臓血管外科を担当している松山孝義医師が、心臓と呼吸器、肺炎との関係について、お話をいただきました。

(松山医師)「現代日本において、偏った生活習慣や高齢化にともなう『心疾患』は、増加傾向にあります。その死亡数は、がんに次いで第2位となり、年間約20万人の方が

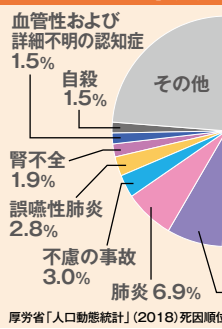
お亡くなりになっています」

「心疾患の増加は、他の病気の発生と関係してき

ますか?」

(松山医師)「心疾患と最も密接な関係にあるのが、呼吸器すなわち『肺』です。心不全が起これば、最初の症状

日本人の死因



は、『咳』や『息苦しさ』などの呼吸器症状です。さらに、肺の機能が低下すれば、酸素の取り入れが困難となり、そして最も負担がかかってくるのが、『心臓』となるのです。『なるほど。心臓と肺は深く関係しているのですね。』(松山医師)「はい、そうです。ここで、心疾患に



がとつていました。『心不全や心筋梗塞は、生活習慣と関係があり、見直せば予防できるものもあります。ぜひ当院へご相談ください。』

「貴重なお話、ありがとうございます。」

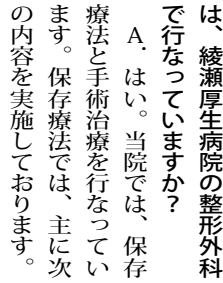
「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

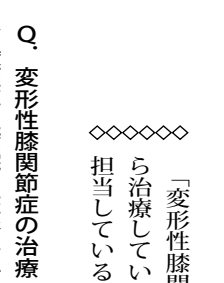
「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

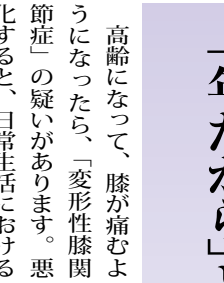
「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」



「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

「貴重なお話、ありがとうございます。」

綾瀬厚生病院 ☎0467-77-5111 救急対応 365日24時間対応可能
神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16

整形外科 受付 午前 8:30~12:00 午後 13:30~16:30 全ての綾瀬市コミュニティバス「かわせみ」が停まります! (停留所は病院正面入口)

月 火 水 木 金 土

午前 ● ● ● ● ● ●

午後 ● ● ● ● ● ●

担当医

相澤 智史 副院長 新井 哲 医師 野寺 栄男 医師

東名高速道路 城山公園 綾瀬市役所 市立図書館 綾瀬大橋入口

ココロ 完備

変形性膝関節症…加齢とともに進行していく病気

骨がむき出しでぶつかる

軟骨がすり減る

〈正常〉 大腿骨や脛骨に軟骨がある

〈初期〉 動かしにくいこわばる

〈中期〉 痛みが悪化して膝が腫れ、変形

〈末期〉 日常的な動作も困難になるほどの痛み