

# 県立三好病院

平成24年5・6月号

## 今の特集：老後を元気に過ごすために



元気なスタッフたち！



朝のカンファレンス

県立病院事業基本理念

県民に支えられた病院として県民医療の最後の砦となる



### ◆ 新任医師紹介 ◆



循環器内科  
重清 正人



循環器内科  
岡田 歩



消化器内科  
谷口 達也



外科  
幸田 朋也



脳神経外科  
細岡 陽子

# 老後を元気に過ごすために

## (産婦人科における骨粗鬆症)

産婦人科 長谷部 宏

骨粗鬆症は骨折だから整形外科の病気で、産婦人科は関係ないと思われる方が多いかもしれませんが、骨粗鬆症は男性が200万人に対し、女性が800万人と圧倒的に女性に多い病気です。このため、整形外科だけでなく、産婦人科や内科においても骨粗鬆症の検査や治療を行っています。

### ❖ 症状

骨粗鬆症のもっとも特徴的な症状は骨折、特に背骨の骨折が多いですが、腰痛、背中痛みといった症状以外は自覚症状が少ない病気です。背骨の骨折によって背中の曲がりが強くなると、逆流性食道炎や呼吸器系の病気を引き起こすことがあり、慢性腰痛の原因にもなります。また大腿骨頸部骨折も多く、骨粗鬆症・骨折は高齢者の寝たきりの原因の第2位になっています。

### ❖ 分類

骨粗鬆症の約90%が原発性骨粗鬆症で、閉経期(50歳頃)からおよそ70歳くらいまでの女性に発症する閉経後骨粗鬆症と、男女ともに70歳くらいから発症する老人性骨粗鬆症に分類されます。残りの約10%は、何らかの病気があってそれが原因で起こる続発性骨粗鬆症です。閉経後骨粗鬆症は、閉経により卵巣からの女性ホルモン(エストロゲン)の分泌が低下するために、骨密度が急速に減少して骨粗鬆症になります。老人性骨粗鬆症は加齢が原因です。続発性骨粗鬆症は、バセドウ病、クッシング症候群、重症糖尿病などの病気や、ステロイド剤の内服、喫煙、アルコールやコーヒーの過剰摂取、極端な食事制限(無理なダイエット)、宇宙空間の無重力などの要因が原因で起こる場合があります。

### ❖ 女性と骨粗鬆症の関係

骨折した骨がくっついて治るように、骨も新陳代謝しています。骨を溶かす細胞(破骨細胞)が古い骨を溶かした後に、骨を形成する細胞(骨芽細胞)が新しい骨を作っています。エストロゲンは、この2つの細胞を調整することによって、強くしなやかな骨を維持するように働いています。閉経してエストロゲンの分泌量が減ると、骨を作るよりも溶かす働きのほうが強くなり、骨量が急激に減少して骨粗鬆症になるのです。

また、妊娠、出産、授乳によるカルシウムの必要量の変化も骨粗鬆症の要因になります。妊娠期間中に母親が十分なカルシウムを摂らないと、骨からカルシウムが血液中に流れ出し赤ちゃんに送られます。また母乳中にもカルシウムが含まれているため、この妊娠中や授乳中には普段よりもカルシウムをたくさん摂取する必要があり、摂取が不足すると骨粗鬆症の原因になります。このように女性ホルモン(エストロゲン)と骨粗鬆症は密接な関係があります。

## ❖ 検査

骨密度は、X線や超音波などを用いた骨塩定量法で測定されます。当院では、もっとも望ましい腰椎のX線撮影を行っています。

## ❖ 治療

詳細は省略しますが、ビスフォスフォネート系薬剤（フォサマック、ベネットなど）、エビスタ、ビビアント、ビタミンD、女性ホルモン製剤などを使用します。

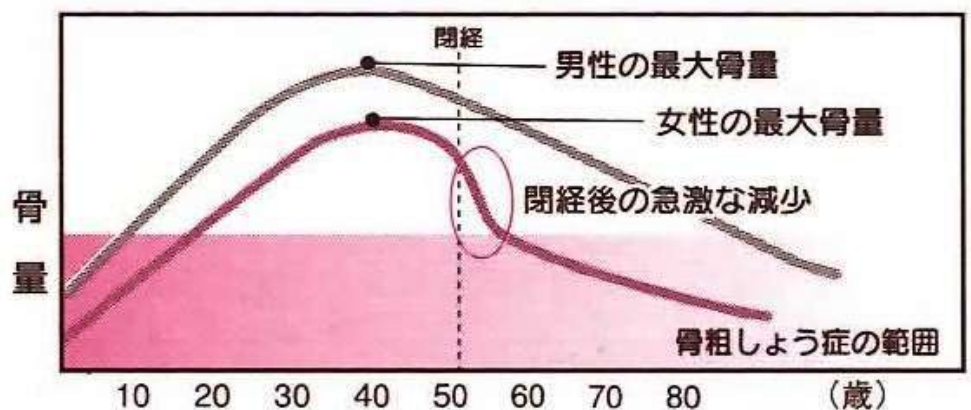
## ❖ 骨粗鬆症の予防

骨粗鬆症は「骨量が減少し、かつ骨組織の微細構造が変化し、そのため骨がもろくなり、骨折しやすくなった病態」と定義され、骨折がなくとも骨粗鬆症の場合があります。したがって、骨粗鬆症ではあっても骨折に至っていない時期に、内服薬などを用いて骨粗鬆症の進行を食い止めたり、骨密度を増加させ骨を強くして骨折を予防することが大切です。

骨にはタンパク質やリンなどとともに、たくさんのカルシウム（骨重量の約50%）が含まれています。骨に含まれるカルシウムの量は20歳代後半から30歳代前半をピークにして、歳を重ねると誰でも骨密度は減少しますが、その程度が生理的範囲内であれば問題はないのです。病的範囲まで骨密度が低下しないようにするためには、①若い時期から骨を強くするための食事や運動を続けるなど、若い時期の骨密度をできるだけ高い値にしておくこと、さらに、②閉経後の約10年間に生じる骨密度の低下を最小限にとどめること、この2つが大切です。

自分の骨の状態を知るために、骨密度を測定してみてください。そして、骨粗鬆症を予防し、老後を元気に過ごしましょう。

男性・女性の生涯を通じての最大骨量と骨量の変化



引用：からだサポートブック 女性のための健康ガイド

## 臨時看護師募集

県立三好病院では臨時看護師、臨時准看護師を随時募集しています。  
詳しくは県立三好病院看護局（内線 243）まで



## シリーズ 三好病院各部署紹介 今回は2階の救急病棟紹介です

### あらゆる状態にある患者さんに安全な医療を提供する

2階救急病棟 看護師長 岸本 小百合

救急病棟は、重症患者さんの救命を最優先としています。内科系・外科系を問わず呼吸・循環・代謝及びその他の重篤な症状の患者さんを収容し、集中的な治療と看護の提供によりその効果を期待する部門です。

救急病棟は、感染や治療上の面から面会が制限されており中に入られた方は少ないのではないのでしょうか。そこで、救急病棟の構造をご紹介したいと思います。ICU・HCUは、平成17年に開設された救命救急センターの2階部分にあります。ICUはオープンエリアに4床のベッドがありHCUは個室形式で6床のベッドがあります。ICUのベッドサイドには、それぞれ生体情報モニターと人工呼吸器・医療ガスが設置されています。また、輸液ポンプやシリンジポンプといった薬液を少量ずつ正確に投与できる機器の搭載が可能なアームが取り付けられており、外科手術直後の急性

期の患者管理・透析・補助循環などに対応できる設計となっています。ベッドの足側にはパソコン（電子カルテ）があり（図1）、患者さんのそばを離れることなく記録をしたり様々な情報を得ることができるようになっています。

平成23年度は、884名の患者さんが救急病棟に入室されました。救急外来から入室される方が大半ですが、外科の手術後・心臓カテーテル治療後・各病棟の重症患者さんも救急病棟を利用されています。

スタッフは看護師25名・各科の医師・臨床工学技士・臨床検査技師・放射線技師・薬剤師・理学療法士など様々な専門職が協力しあって、あらゆる状態にある患者さんに安全な医療・ケアの提供ができるように努力しています。

救急病棟では、大きな手術を受けられたり、急な発病で生命の危機状態に陥った患者さんが入室されており、24時間体制で集中治療が行われています。身体面ではもちろんのこと精神的にもより良い看護を提供できるように、また、心配されるご家族の気持ちにも寄り添った看護を提供できるよう心がけています。

救急病棟のスタッフには、高度な知識や技術が必要とされており、毎週火曜日は救急勉強会を開催したり、学会への参加を積極的に行って自己研鑽に励んでいます。毎朝のカンファレンスでは、患者さんの問題を共有し最善のケアが提供できるよう話し合っています。今後も協力し合って、県西部の救急医療を担っていけるよう努力していきます。ご協力をお願いいたします。



御意見・御要望がございましたら、ホームページ、または院内御意見箱までお願いします。

広報バックナンバーは、ホームページにて御覧いただけます。

発行 徳島県立三好病院 広報委員会  
〒778-8503 徳島県三好市池田町シマ815-2  
TEL0883-72-1131 FAX 0883-72-6910  
HP <http://www.tph.gr.jp/~miyoshi/>