について少

しご紹介させていただ

このコラムで膝前十字靱帯損傷

傷で東京オリンピック出場絶望

嘉敷来夢選手が膝前十字靭帯損ボール選手で「日本のエース」渡

12月に女子バスケッ

とされたニュ

ースや令和元年ラグ

は約1~2週間くらいで和らいたりを関節がはれていきます。廃歩行も困難で競技に戻れず、冷 す。怪我したときには痛みが強くクトスポーツにおいてタックルされて膝を捻ったり、サッカー、バスケット、バレーボールなどで膝に過やストップ・ターンなどで膝に過やストップ・ターンなどで膝に過やストップ・ターンなどのコンタ帯損傷は、ラグビーなどのコンタ帯損傷は、ラグビーなどのコンター 大腿骨 前十字靱帯 後十字靱帯 外側側副靱帯 内側側副靱帯

膝前十字靭帯損傷

膝前十字靭帯損傷で手術を受け

いたことを覚えて

いらつ

た福岡賢樹選手が高校生の

ルドカップで大活躍

日本整形外科学会ホームページより引用













Hiroshi Arakaki 新垣 寛 日本整形外科学会専門医

日本体育協会公認スポーツドクター



節の軟骨を痛める変形性膝関節状が持続してしまい半月板や関れなく、膝が崩れやすいため、症トップ・ターンなどで膝が踏ん張スポーツなどに復帰した場合、スポーツなどに復帰した場合、スポーツなどに復帰した場合、ス ない方には、リハビリテーションをお勧めますが、手術を希望されず。日常生活で支障のある方やスす。日常生活で支障のある方やス 科を一度受診することをお勧めしどの症状がある場合には整形外 ん張れない、膝がぐらぐらするなることが重要となります。膝が踏 生活での注意事項などを指導すによる膝周囲の筋力強化や日常ない方には、リハビリテーション とがあ (膝がぐらぐらする) もできるようになりますが、 ります。このような状態でがぐらぐらする)が残るこ るときに不安定な状

す。但し、

限度額認定証を

で含めて約5万円』計算すると、

入院費は、

3割負担で

Q1

どのくらいかかりますか?前十字靭帯損傷の入院費は

社保等)が異なる 額が大きく い方に関しては安く 得に応じて保険適用分の上 前後によって手続き先(国保 合受付窓口に提示すると、 います。年齢が70 異 な でお尋 完分の上限 かかりま かかりま 所得が 済む仕 組 低

などによって りますので、 日(午前)の診療体制」となっ (午前),火曜日(午後), ます。その為、 体制に沿って診療を行って 毎月作成. 当院では診療体制表 医師の入職や退職 お電話 変更すること 基本は、 おり、 (098 、「月曜日 水曜 その おり

新型コロナウイルス感染症に関する 心の相談窓口 (無料)

新型コロナウイルス感染拡大により、不安やストレスを抱えている方を サポートする沖縄県配信の相談窓口となっております。県立総合精神保健 福祉センターでは、「心理師、保健師、看護師、精神保健福祉士、作業療法 士」といった専門職が電話により、広く県民からの新型コロナウイルス感 染症に関する心の相談を受け付けております。

- ・感染に対する不安(コロナが不安で眠れない、外出できない)
- ・連日の報道等での疲労・ショック(コロナの報道ばかりで不安、マスクや 消毒用アルコール等がなくて不安)
- ・休業や自粛による生活への不安・疲労(先が見えず不安、子どもの世話 でストレスがたまる、介護施設が利用できず介護疲れ、不安で死にたく なった、飲酒量が増えた)といった心の不調を感じる方が増えています。

新型コロナウイルス感染拡大による心の悩みに関する電話相談窓口

受付時間:9時から16時30分まで

(火土日・祝日及び11時~13時の時間帯を除く)

対 象:新型コロナウイルス感染拡大の影響により、心の悩み

を抱えている県民の方

電話番号:098-954-9758

098-970-6139

080-6486-2002(携帯電話回線)

第71回日本病院学会 沖縄初開催 2021年6月10日 · 11日大浜第一病院主催



「Think Quality」〜医療の質・経営の質〜

2021年6月10日(木)-11日(金)

会場:沖縄コンベンションセンター 学会長:石井 和博 (医療法人おもと会 大浜第一席院 理事長)



smile

今月の 2月2日 (火) は節分ですね。(今年は2月3 ですね。(今年は2月3 日ではなく2日ですよ) 今回は、節分での親子の 会話です。 お父さん:「今年はいい 子にしてたから鬼はこな いと思うよ」

smile イマイツ

大浜第一病院 リハビリテーション科 診療技術部長 兼 リハビリテーション科統括科長

> 医療 命とり 患者誤認 してもされて

「技術というのは人種、年齢、キャリアに 関係ない。上手い人は尊敬されるし下手な 人間は馬鹿にされる。厳しくもシンプルな 世界です。」 ニューハート・ワタナベ国際病院院長 心臓血管外科医 渡邊剛



編集後記 Text: 総務課 宮城

今年の年賀朝礼のセレモニーで、おもと会の永年勤続表彰式が あり、第一病院では10年勤続者が33名、20年8名、30年2名の 方々が長年に渡り医療に従事して頂いた功を称え表彰されてい ます。 そして (広報誌:5mile)も10年皆勤賞です。

広報委員のメンバーは、いつも新鮮な情報を提供できるよう試行錯誤を重ねこれからも地域の皆様のため、お役に立つ情報を収 集し発信致します。



き今

医療コンシェルジュ・上地の

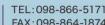
お父さん:「豆まきしたいの?」 供:「ちがうよ。今年でやっつけておかなき年でやっつけておかなきれている」ができる。

いい親子の会話でし

外来より



50



TEL: 098-866-5171 | 〒900-0005 沖縄県那覇市天久1000番地 FAX: 098-864-1874 http://www.omotokai.or.jp/ohama1/



smile

茨 木 保

ŧ h が

紹作医介品療

医 学 の

の流れをオーバービューした21世紀の現代に至るまでの時たように、「人類の誕生から ドラマを描き尽くす、一大物の発展に尽くした人々を巡るの再生医療に至るまでの医学 の神学・哲学的医学、近代のおける形而上学的医学、中世始まり、紀元前の四大文明に能的)医療から呪術的医療と 常に濃い。太古の経験的(本も使用されるぐらい中身は非国立医大の指定教科書として イラストの本書であるが、某入門書である。親しみやすいる漫画]を目指して仕上げた の知識のない人にも理解の茨木先生が「医学やよ役の医師兼漫画家である 語である。 自然科学的医学、 冒頭で作者が 人にも理解でき そして現代 生物学 記し

"彼らの物語"へようこそ

ある。 な 漫画 い非常に価値ある資料でも と れた数千

定期的に健康診断を行いましょう!

総合健康管理センター

保健管理科保健師平山ゆみ子

「健診後のサポートについて」

回ご紹介

の発展には混沌と うのは他に類を見 例えば、 例えば、世界初 そこに至るまで る。 これがもと 史の そして 流れれ をか

さんが 医学の歴史 る 、ある作者、ある。現 の る。 の全身麻酔手供時に学べる。例 じなけ 事実が存在す る華岡青洲。 た医学 ここに記さ

で母は衰弱死、妻は失明しての市民の献身と犠牲があるこのような医療技術の発展の背景、現代なら犯罪の発展の背景、現代なら犯罪のが、まは、ア山の市民の献身と犠牲があることは、 けるのである。 は、この先も未来へよ 過去から続く医学史 自分の体を差し出したというには、母と妻が麻酔の実験に とを我々医療従事者は肝に銘 た残酷な犠牲を伴うことも同 歴 史 ればならない。

ウルティモ尾本 おもと会統括本部 移住四年目に突入。

好きな沖縄料理は

き、皆様の健康管理のサポートにも繋がっております。早期発見・早期治療はとても男発見・早期治療はとても大事なことですので、健康管理を気にしている方は、がんります。マリカーでは、がんりますが、がんりますが、がんりでは、まない。

/クラスってご存じでしたか?平均日本人の座っている時間は世界ト

き、皆様の健康管理のサーき、皆様の健康管理の大きないではありますが、がと高めではありますが、がりまりが、がりました。マンモグの、次いで検便検査となっ

クーブイリチー。

からだの通知表。 検査科 上江田 ゆかり

#

皆

〈コロナウイルスの検査〉

てもすれて

活るる医

動た体療様

をめ制がが

継にを受安続今維け心

し後持らし

令和元年から広がったコロナ禍は未だ終息の兆しを見せず 世界的流行となっています。第1波では不十分だった日本の検 査体制も今は多種類の検査が可能になりました。その内容は、 大きく3種類に分かれます。1点目は、抗原検査によってウイル ス本体を検出する検査であり、利点は短時間で結果が分かる ため、専用の機械も不要ですが、ウイルス量が少ない場合陰性 になること可能性が高くなります。2点目は、PCR検査によって、 ウイルス遺伝子をDNAポリメラーゼ酵素で増やして検査をし ます。こちらは、1点目と違って専用の機械が必要であり、遺伝 子を増やすために時間がかかります。3点目は、抗体検査に よって、過去にウイルスで感染していたか調べるこ す。但し、開発中でもあるため、コロナウイルスの結果が完全 に分かるわけではないため、今後の発展に期待します。



「病院にある 大きなタンク」

では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では大量の酸素を安定的に供給するために「コールドエバポレータ」を導入しています。 ・ では大量の酸素を安定的に供給するために「コールドエバポレータ」を導入していまでは大量の酸素を安定的に供給するために「コールドエバポレータ」を導入しています。 ・ では大量の酸素を安定的に供給するために「コールドエバポレータ」を導入しています。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。 ・ では様々な場面で酸素が使用されます。

きれいに整理されており、温度計を2個使用ました。また、薬剤を保管している冷蔵庫内もれていますが、細かい表示まで施されておりの部署です。棚には、たくさんの薬剤が保管さは、お薬を専門に扱っているスペシャリストは、お薬を専門に扱っているスペシャリスト

出来る体

環境を保持するための空調管理、改善が必要な点については、よする等温度管理も充実しておりましきれいに整理されており、温度計を

は、お薬を専門に扱っているスペシャリスト今回は、薬剤科をラウンドしました。薬剤科会内で報告するようにしています。会内で報告するようにしています。そして、該当部署の所属長に改善策を検ます。そして、該当部署の所属長に改善策を検ます。そして、該当部署の所属長に改善策を検

第三者がラウンドすることによって、明けてあげることが重要であるからです

現場

0

か気づきにく

安全面を考慮し

問題を見

はなかり

つなお

ます。その目的は、当該部署だけで

して、月1回医療現場のラ療の質を把握し、向上させ

るための活動」

ノドを行

医療安全管理委員の嘉数です。当院では、

安全ラ

ウ

臨床工学科 前川正樹

まつ わる

薬剤科 姫野 耕一

薬チ ∃ 剤 コレ 師 の意外 1 ح

2月14日は、バレンタインデーです。ここで、チョコレートと薬剤師の意外な関係をお教えします。
とされています。
とされていたという記述も史料にあるようです。16世紀初頭に、カカオはヨーロッパへと渡り、栄養価の高い、薬、という役割が強かったとされています。
とされています。
して飲ませようとしますが、王妃は「この薬、苦くてのめないわ」言いかオはヨーロッパへと渡り、栄養価の高い、薬、という役割が強かったとされています。
して飲ませようとしますが、王妃は「この薬、苦くてのめないわ」言いました。そこでドゥボーヴは、薬をチョコレートで包んで王妃に服用してもらいました。そのアイデアが功を奏し、王妃は回復。一躍ドゥボーヴの評価は高まります。この王室薬剤師であったスルピス・ドゥボーヴは、のちのチョコレート専門店「ドゥボーヴ・エ・ガレ」を開業した人物でもところ、王室専属薬剤師のドゥボーヴ・エ・ガレ」を開業した人物でもところ、王室専属薬剤師のドゥボーヴ・エ・ガレ」を開業した人物でもところ、王室専属薬剤師のドゥボーヴ・エ・ガレ」を開業した人物でもところ、王室専属薬剤師の意外な関係をお教えしますが、王妃は「この薬、苦くてのめないわ」言いた人物でもというでは、薬をチョコレートに混ぜるという事は避けて下さい。

荷物を預けることはできますか?

当院では新型コロナウイルス感染拡大防止 のため面会を禁止しており、荷物の預かりも基 本的にご遠慮させていただいております。但し、 患者様が入院生活を送るために必要な衣類等の受け渡 しについては、「月、水、金13:00~20:00の 1日1回病 棟滞在 5 分以内」に限定となっており、それ以外 (火、 、日曜日、祝日)は禁止と致しています。 ご理解・ご協力の程宜しくお願いいたします。

面会禁止と聞きましたが、家族が受付に

エトセトラ

な関

係



少

「日本人は世界一座りすぎ?!」

人体の筋肉の中で約7割を占めるのは下半身の筋肉です。 足が動かないと血流が悪くなり、心筋梗塞・脳血管疾患・肥満・糖尿病・がん・認知症など 健康に害を及ぼす危険性が高まることが分かっています。 さらに長時間座り続けることで、腰痛や肩こりなど体の不調も出てきます

健診センターでは、「健診 を受診勧奨(手紙・電話)、 を受診勧奨(手紙・電話)、 を受診勧奨(手紙・電話)、 を受診勧奨(手紙・電話)、 を受診勧奨(手紙・電話)、 を受診勧奨(手紙・電話)、 を受診もで確認することによって、皆 をで確認することによって、皆 をの健康管理をお手伝いし でで確認することによって、皆 をの健康管理をお手伝いし でで確認することによって、皆 をで確認することによって、皆 をで確認することによって、皆 をの健康管理をお手伝いし でなります。

30分に1回を目安に立ち、歩きましょう

(少なくても1時間に1回!) ★トイレ休憩や、水分補給のためにこまめに席を立つ。 ★テレビのCM中は立ち上がって、背伸び運動。

★会議中など立ち上がれない場面では、こっそり足の運動。







健康体操館

健康運動指導士による