



医師会シンボルマーク

# みんなの健康

## 4月からヨコハマの 一次救急が変わります。

平成18年4月1日より横浜市の一次救急のシステムが一部変更となります。

横浜市内では夜間の救急・急病でお困りの時には横浜市夜間急病センター(中区桜木町)、横浜市北部夜間急病センター(都筑区牛久保西)、横浜市南西部夜間急病センター(泉区中田北)が365日休まず対応してまいります。(※)

とくに横浜市夜間急病センターでは内科・小児科は午後8時から翌朝6時まで、眼科・耳鼻科は午後8時から午前0時まで診療しておりましたが、4月1日から4科すべてが午後8時から午前0時までの診療となります。

したがって、市内の3箇所の夜間急病センターの診療はすべて毎夜午後8時から午前0時までとなります。(※)

そして午前0時以降の診療については、市内6箇所にある拠点病院が一次救急から入院が必要な二次救急まで対応することになりました。現在拠点病院は横浜市立市民病院、横浜市立みな

と赤十字病院、横浜労災病院、済生会横浜市南部病院、昭和大学横浜市北部病院、国立病院機構横浜医療センターの6病院ですが、今後拠点病院の数がもう少し増える予定です。

深夜の患者さんは数は少なくとも重症度の高い方が多いため、直ぐに検査や入院の対応が出来る病院での外来診療となったことをご理解ください。さらに拠点病院を補う役割の輪番病院も当番制で整備して、深夜帯の急病の際には受診でき、入院も可能な病院を市内の各所に指定し、市民の皆様にご不自由、ご心配をお掛けしないシステム作りを目指しています。

また、市内18区にあります休日急患診療所は従来通り日曜・祝日・年末年始に診療いたしますのでご安心ください。(※)

なお、不明な点は横浜市救急医療情報センター(☎045・201・1199)にお問い合わせ下さい。365日24時間電話を受け付けております。

4月1日から、午前0時以降の内科・小児科の初期救急診療に対応する「拠点病院」	病 院 名	所 在 地	連 絡 先
	横浜市立市民病院	保土ヶ谷区岡沢町56	☎045-331-1961
	横浜市立みなと赤十字病院	中区新山下3-12-1	☎045-628-6100
	横浜労災病院	港北区小机町3211	☎045-474-8111
	済生会横浜市南部病院	港南区港南台3-2-10	☎045-832-1111
	昭和大学横浜市北部病院	都筑区茅ヶ崎中央35-1	☎045-949-7000
	国立病院機構横浜医療センター	戸塚区原宿3-60-2	☎045-851-2621

※) 3箇所の夜間急病センター、18箇所の休日急患診療所の連絡先は裏表紙をご覧ください。

みんなの健康 1 2006.3/4

◆最新医療情報 ◆座談会  
変形性膝関節症 広がる「女性専用外来」

介護保険制度の改正/明日へのあゆみ/診療こぼれ話

No.192  
3・4月号

# 変形性膝関節症

## 高齢化で中高年に急増 軟骨がすり減り、 痛みや変形も 進歩著しい人工関節手術



青木整形外科院長  
あおき たけし  
青木 健 先生

■変形性膝関節症とは、どんな病気ですか。

青木 大腿骨(だいたいこつ)と脛骨(けいこつ)をつなぐ膝の関節には軟骨があり、硬い骨同士が直接ぶつかり合わないようクッションの役目を果たしています。ところが、この軟骨が劣化したり、すり減ることによって、膝に痛みや変形などが生じます。これが変形性膝関節症です。

■原因は何ですか。

青木 加齢や肥満です。特に肥満は、膝に余分な負担をかけて軟骨の摩耗を早めるため、要注意です。

■患者は女性に多いそうですね。

青木 理由ははっきりしませんが、変形性膝関節症は女性に多発する傾向があり、発症率は男性の2〜3

倍です。また50歳を過ぎると、ぐんと発症者が増え、最近では高齢化に伴い、全国で毎年90万人近い新規患者が出ています。

■症状はどのようなものですか。

青木 初期の頃は、歩き始めや階段の昇り降りの際などに、軽い痛みを感じる程度です。しかし病状が進むと、痛みが激化し、膝が

■手術療法も、いろいろ種類があるそうですね。

青木 はい。関節変形が少なく、中程度の症例では、関節鏡で軟骨の凹凸を削って平にしたり、骨と骨の間の半月板の軟骨面がザラザラした状態の断裂を切除して、痛みを除く関節鏡手術がよく行われます。

また関節が変形してO脚症状を呈している場合は、膝の下部の脛骨を切つて、X脚気味に矯正する高位脛骨骨切り術を選択します。しかし、病状がひどく、これらの手術でも痛みの除去や関節機能の改善が見込めない場合は、人工関節に取り換える人工関節置換術を行うこととなります。

■人工関節は、耐久性などに問題はありますか。

青木 最近では優れた材質の人工関節が開発され、手術技法も進歩したため、耐用年数は20年以上と飛躍的

### 変形性股関節症 脱臼など 股関節疾患が 引き金に 診断は容易、 早めの治療を

■次に変形性股関節症について伺います。これはどんな病気ですか。

青木 股関節の軟骨がすり減ったり、変形していく進行性の病気です。原因がはっきりしない一次性のものと、先天性股関節脱臼(だっしきゅう)や白蓋(きゅうがい)形成

不全などの股関節疾患が原因の二次性のもがあり、日本では二次性の変形性股関節症がほとんどです。ただ近年は栄養改善やオムツの指導などにより、乳幼児期の股関節脱臼が減ったため、変形性股関節症も少なくなってきました。

■症状は？

青木 変形性股関節症は、思春期の頃から発症することが多く、股関節に近いでん部や大腿部に痛みが生じ、ひどくなると歩行が困難になります。

■治療法は？

青木 変形性膝関節症と同様、保存療法と手術療法の二つがあり、病状が末期の場合は、人工股関節置換術で、人工の股関節に取り換えます。

変形性股関節症も、X線検査で容易に診断が付きますから、股関節にこわばりや痛みなどを感じたら、早めに専門医にみてもらうことをお勧めします。

高齢社会の到来に伴い、膝の痛みを訴える中高年の患者さんが急増しています。その多くは、加齢や肥満が原因の「変形性膝関節症」で、病状が進むと、歩行が困難になったりします。  
また、これとは別に「変形性股関節(こかんせつ)症」に悩む患者さんもいます。そこで、関節の病気に詳しい青木整形外科(保土ヶ谷区星川)院長の青木健先生に、原因や症状、治療法などを聞きました。

腫れたり、水がたまったりします。関節が変形し、膝の屈伸が不自由になったり、O脚になったりもします。もともとひどくなると、立ち上がる、歩くなどの動作が困難になり、日常生活にも大きな支障が出ます。

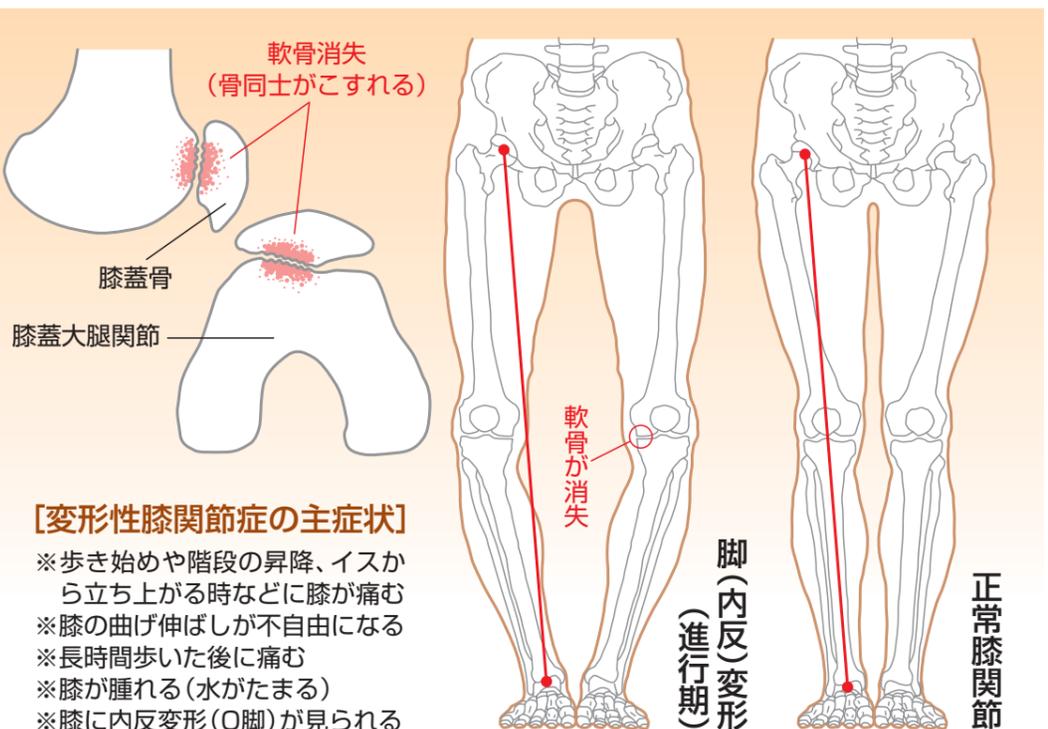
■それは大変ですね。ところで、効果的な治療法はありますか。

青木 一度すり減った関節の軟骨は元に戻りません。従って、治療は病状の進行を食い止め、痛みの除去や関節の機能を取り戻すことを主眼に行われます。治療法には、大別して「保存療法」と「手術療法」の二つがあります。保存療法は、

症状が軽度から中程度の場合の治療法で、様々な方法があります。

例えば、消炎鎮痛剤や湿布など内服、外用薬を用い、痛みを除去するための薬物療法、ヒアルロン酸の関節内注射、入浴や超音波などで膝の血行を良くする温熱療法、膝を支える筋肉の大腿四頭筋(しとうきん)を強化するための運動療法など、また靴底の外側を厚くして、O脚を矯正するための装具療法もあります。

症状の進行度や痛みの程度によって、これらを組み合わせ、治療の効果を上げるわけです。そして、保存療法でも症状の改善が見られない場合に、手術療法を行います。



#### 【変形性膝関節症の主症状】

- ※歩き始めや階段の昇降、イスから立ち上がる時などに膝が痛む
- ※膝の曲げ伸ばしが不自由になる
- ※長時間歩いた後に痛む
- ※膝が腫れる(水がたまる)
- ※膝に内反変形(O脚)が見られる

膝関節症の患者さんより栄養補助剤の服用の相談が多数あります。最近サプリメント(栄養補助剤)が話題になっておりますがコラーゲン、コンドロイチン、コレスミン等の服用が関節軟骨に対して有効であるかは確認されておりません。

# 広がる「女性専用外来」

## 座談会

女性の外来患者には同性の医師が対応し  
ようと、「女性専用外来」を新設する医療機  
関が増えていきます。この裏には、男性医師に  
診てもらうことを恥ずかしがる女性の心理  
や女性の疾患の奥深さがあるようです。  
そこで、女性専用外来で診療に当たる第  
一線の女医さんたちに、女性外来が誕生し  
た背景や現状、これからの課題などを話し  
合っていたいただきました。

**伊東** 女性専用外来の動  
きが広がっています。なぜ  
今、女性外来なのですか。  
**土井** 理由は二つありま  
す。一つは、男性医師にお  
尻や乳房などを見られるの  
はイヤ、という女性の患者  
さんの羞恥心。もう一つは、  
男と女の体は違うのだから、  
同性の医師がみた方がいい  
という「性差医療」の考えが

広まってきたことです。

### 県内では横浜医療センターが第1号

**伊東** 女性外来を最初に  
始めたのはアメリカですか。  
**土井** いえ、カナダです。  
国内では平成13年の春に、  
鹿児島大学医学部附属病院  
が初めて開設しました。



土井卓子先生

国立病院機構・横浜医療  
センターの女性外来はそれ  
よりやや遅く、同年9月の  
オープンです。

**伊東** 土井先生のところ  
は開設が早かったんですね。  
齋藤先生のところは？

**齋藤** 横浜市大附属・市  
民医療センターは、平成15  
年の2月。患者さん側から  
の要望が強く、開設に踏み  
切りました。

**今村** 横浜市市民病院は、  
その3カ月後。5月に女性  
外来をオープンしました。

**伊東** 女性外来は常時、  
開いているのですか。  
**土井** いえ、横浜医療セ

ンターは月曜日の午後(2  
時半~4時半)の週1回だけ。  
電話による完全予約制で、  
スタッフも専任の女医が内  
科、外科、婦人科系と3人  
います。

**今村** 市民病院の女性外  
来は月2回。私を含め二人  
の女医が担当しています。  
ほかに女性の心理療法師  
が待機しており、精神科系  
の患者さんはそちらで対応  
しています。これは市民病  
院の大きな特徴だと思いま  
す。  
また、ベテランの看護師

## 女性医師による 女性の体と心を トータルに診る

きめ細かい設備と時間をかけた診療が評判



司会/伊東 亨  
(みんなの健康編集委員会委員長)



長が電話予約の受け付けや  
患者さんの振り分けなどを  
担当してくれています。

**伊東** 齋藤先生のところ  
はいかがですか。

**齋藤** 市民医療センター  
は週1回、総合内科の中の  
女性外来という形で開いて  
います。担当医は私一人で  
すが、病院の全女性スタッ  
フが協力体制をとってくれ  
ています。

ため、電話予約をしていた  
だいても、1~2カ月待ち  
というのが現状です。

**齋藤** 混み具合は、どこ  
も似たり寄ったりですよ。  
うちも開設当初は3カ月待  
ちでした。でも今はやや改  
善され、1カ月待ちです。

**伊東** 一人の患者さんを  
診るのに、どのくらいの時  
間をかけるのですか。

**今村** 市民病院は一人20  
分が目安です。もともと、  
実際にはオーバーすること  
の方が多いですけどね。

**伊東** 確かに「手厚い診  
療”ですね。ところで、ど  
んな患者さんが多いのです  
か。

**土井** 年齢も症状も千差  
万別。開設前は更年期障害  
の女性が多いだろうと予想  
していたのに、それでもあ

も人気が高いそうですね。  
**土井** はい。ただ時間を  
かけ、じっくり診療するこ  
とが女性外来の一番の特徴  
ですから、たくさんのお患  
者さんを診られません。その

### 幼児から80代まで 年齢層も病気も多彩

りません。横浜医療センタ  
ーの外来には8歳から88歳  
まで幅広い患者さんが来て  
います。  
中には「9歳で月経に」「10  
代なのに乳房にシコリが」  
といった患者さんもいて、  
びっくりしました。

また80代で圧倒的に多い  
のが失禁の悩み。高齢にな  
っても、男性の医師に診て  
もらうのは恥ずかしいよう  
で、みな女性外来の開設を  
手放して喜んでいました。  
**今村** 最近では若い患者さ  
んが多いですね。全体の25%  
は20代の女性で、主として  
生理不順や性病に対しての  
不安などを訴えてきます。  
この間は、リストカットを

### 齋藤真理先生



**伊東** とところで、女性外来  
の開設理由の一つになってい  
るのが「性差医療」です。こ  
れはどのようなものですか。

### 「性差医療」を重視

ました女子中学生が相談に来  
ました。  
**齋藤** それに病気がはっ  
きりせず、不定秋訴のよう  
な曖昧な症状で悩んでいる  
ケースも多いですよ。  
ですから、じっくり話を  
聞いてあげるだけで快方に  
向かうこともある。患者さ  
んの立場にたった丁寧な診  
療がいかに大切かを、痛感  
させられています。

**土井** 男と女には性差が  
あり、体の構造もホルモン  
の分泌も違います。従って  
男女では、かかりやすい病  
気や同じ病気でも進行の度  
合いなどが異なります。  
例えば、痛風は9割が男  
性に発症、膠原病は圧倒的  
に女性が多い。梗塞は死亡  
数は男女ほぼ同じだが、50  
歳以前の死亡者は男性に、  
女性は75歳を過ぎてからと  
いう違いがあります。

女性が健康で豊かな人生を  
送るには、男女画一ではな  
く、こうした性差を重視し、  
女性の体と心をトータルに  
診る医療が不可欠というの  
が、性差医療の考え方です。  
**伊東** なるほど、よく分  
かりました。土井先生、最  
後にこれからの女性外来に  
ついて一言お願いします。

**土井** 女性外来が増えて  
きましたから、まずは情報  
交換など女性外来同士がお  
互いに手をつなぎ合うこと。  
それに地元の医師会や外部  
の自助グループなど関連団  
体とのネットワークづくり  
も大切だと思います。  
**伊東** 貴重なお話をあり  
がとうございました。

### 今村清子先生



# 明日へのあゆみ

障害の経験生かし、  
福祉器具づくりに挑戦  
「福祉なんでも創ろう会」会長  
印南 房吉さん(77歳・南区)



## 事故で左足失い、人生暗転

若い頃は小型貨物船の乗組員として、一生懸命働いていました。ところが、23歳の時に船上で事故に遭い、片足を失う大ケガを負いました。

接岸した船を係留するため、太いロープを持って岸に飛び移ろうとした瞬間、船が動き、左足首にロープが絡まったのです。ロープは強い力で引っ張られ、足首の骨はグチャグチャ。運ばれた病院でヒザから下をバツサリ切断され、目の前が真っ暗になりました。

しかし、突然の悲劇をいくら嘆いても、失った左足は戻ってきません。私は自らを励まし、苦しい手術や入院生活の末に、やっと足に合う義肢の装着に成功して、自歩自立の道を歩み始めました。

## 設計技師として再出発

退院後は、小さい頃から憧れていた技術者になろうと、千葉の工業大学で2年間みっちり勉強。学業を終えると、荏原製作所の川崎工場に入り、設計技師として新たな人生のスタートを切りました。



私は昔から発明や創意工夫が大好きで、会社でも水と空気、ゴミを一緒に吸い取るクリーナーや魚を無傷で移送する真空装置などの新製品を考案。設計の仕事に従事しながら、モノを創造することの面白さ、楽しさに心ひかれていきました。

そのうち根っからの発明癖が高じ、障害者の役に立つ福祉機器を自らの手で創ろうと決意。定年を前に退職し、新たに福祉機器の開発会社を設立しました。しかし、せっかく考案した器具はどれも値が張り、なかなか普及しません。

**安価で役立つ福祉器具を**  
そこで「もっと手軽で、安いものを」と、知り合いの技術者

やドクターたちと「福祉なんでも創ろう会」を結成。ボランティア感覚で、福祉器具づくりに励んできました。

これまでに開発した器具は、銭湯でも杖が使える「防水杖袋」や腰やヒザ下に入れて、痛みやだるさを解消するボール紙製のコロコロ枕など、いろいろ。防水杖袋は、杖が手放せない障害者が銭湯で入浴を断られた話をヒントに考案したもので、使い勝手が良く、利用者に喜ばれています。

体が不自由だと、毎日の生活がどれほど大変か。私も障害を持つ身なので、その苦勞をよく知っています。それ故に、生活の手助けになる安価な福祉器具をどんどん開発して、少しでも障害者のお役に立ちたい。

それが喜寿を迎えた私の大きな人生目標です。



## 主治医意見書も変わります。

介護度の変更等は再申請時より介護認定審査会で見直されます。その決定に主

なお65歳以上の方の保険料は第3段階(基準額)3265円から4150円にアップの予定。

## 介護予防サービスって？

要支援者には新予防給付の利用として①運動器機能の向上②栄養改善③口腔機能の向上が新設されます。特に今までの介護度1から要支援2に移行した方を含め要支援者は受けられるサービスが変わります。この方々のケアプランは「地域包括支援センター」の保健師、ケアマネージャーが主に作

## 地域包括支援センターとは？

成します。介護度の進行の予防を目的にケアプランが作成されますが、受けられるサービスの範囲は今までと異なり限定されず。関心を持ちましょう。

住み慣れた地域で生活できるような施策として地域密着型サービスの展開がありますが、他の地域の方は利用できず、市の指定によります。横浜市では既存の

長浜医院院長  
**長濱 隆史 先生**

ケアプラザを中心に地域包括支援センターが設置されます。小規模多機能型居宅介護、夜間対応型訪問介護、認知症(介護予防)グループホームなど地域包括ケア。認知症ケアの確立に向けて展開されます。まだはつきりしないことも多く、各区サービス課、担当のケアマネージャー等に相談しましょう。

# 介護保険制度の改正

# 大きく変わります。

今年には制度の開始より6年目となり、在宅療養と施設療養との格差、介護度によるサービスの格差等が検討され、支給限度額の引き下げ、利用者の自己負担の増加等々今後の財政的な予測から平成18年4月から大幅に変更になります。介護サービス、介護予防サービスとして地域密着型サービス等によりサービスが提供されます。なお平成17年10月から施設入所者の居住費・食費等がホテルコストとして利用者負担となりました。

治医意見書が重要です。またケアプラン作成の参考にもなります。移動・栄養・食生活、関節の痛み等の生活機能、認知症の状況等により従来の要介護度1〜5か要支援1、2かが判定されます。再申請にあたって主治医とよく相談しましょう。



## 診療こぼれ話

江戸末期の名医として名高い佐藤三折の号は、「三度肘を折って良医となる」の古語から由来すると言われます。自らの骨を何度も折って、その痛み、苦しみを知り治療法を研究し、初めて円熟した良医となると云う解釈でしょう。然し、医療を行う側から見ればそうなりますが、人命を扱う職業に対する世間の目は厳しく、「他人の骨を三度も折る様な失敗を重ねて一人前の医者が出来ると云う意味に取る人もおられます。

医療事故に関しての訴訟が度々問題となります。勿論、失敗は許されるべきで有りませんが、前述の佐藤三折の様な熟達した医師でも結果が悪ければ訴訟問題になりかねないのが今の世相です。日本医師会では、出産時に医師側に過失が無くても、予測出来ないトラブルにより新生児に脳



性麻痺が残ったケースなどに対して患者に補償する「無過失補償制度」の創設を医療事故に対する救済制度として、国などに働きかけてゆく方針です。(球児)

## 訪問看護ステーション 看護師の募集

横浜市内19ヵ所にある各区医師会立のステーションで、訪問看護に従事して下さる看護師(常勤・非常勤)を募集しております。詳細は次の連絡先へお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ先】

横浜市医師会事業三課 ☎045・201・7366

## TVKテレビメディカルチェック 「みんなの健康」

### 3・4月の放送予定

3月 ★17日 足と膝のスポーツ外傷(1)

★24日 足と膝のスポーツ外傷(2)

★31日 胃がん検診(1)

4月 ★7日 胃がん検診(2)

★14日 薬疹(1)

★21日 薬疹(2)

★28日 眼科の学校健診



毎週金曜日午後1時19分より

(生放送のため、多少前後のずれがあります。ご了承下さい。)

## 市民医療講演会のご案内

### ..... 糖尿病と目の関わり .....

日時／平成18年3月16日(木) 午後2時から

会場／神奈川県民ホール 小ホール  
(みなとみらい線 日本大通駅 下車徒歩6分)

内容／①糖尿病について

横浜市立大学附属病院 内分泌糖尿病内科 教授 寺内 康夫 先生

②糖尿病と目の関わりについて

横浜市立大学附属市民総合医療センター 眼科 准教授 門之園 一明 先生

### ..... 生活習慣病 .....

日時／平成18年3月18日(土) 午後2時から

会場／横浜市健康福祉総合センター 4階ホール  
(JR・横浜市営地下鉄 桜木町駅前)

内容／①普段着の血圧の話

あなたを守る家庭血圧測定

宮川内科小児科医院 院長 宮川 政昭 先生

②高血圧は沈黙の殺し屋(サイレントキラー)

自己測定・自己管理で健康寿命を

東北大学大学院 薬学・医学系研究科 教授 今井 潤 先生

参加費無料

【お問い合わせ先】

衛生局保健政策課

☎045・671・2454

横浜市医師会事業一課 ☎045・201・7362

## 休日・夜間に急病になった場合は

### 休日急患診療所案内

●青葉区休日急患診療所 ☎(045)973-2707

診療時間：午前9時～12時 午後1時～4時 (内科・小児科)

●横浜市旭休日急患診療所 ☎(045)363-2020

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●泉区休日急患診療所 ☎(045)801-2280

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●横浜市磯子区休日急患診療所 ☎(045)753-6011

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●神奈川区休日急患診療所 ☎(045)317-5474

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●金沢区三師会立休日救急診療所 ☎(045)782-8785

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科・歯科)

●横浜市港南区休日急患診療所 ☎(045)842-8806

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●港北区休日急患診療所 ☎(045)433-2311

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●栄区医師会休日急患診療所 ☎(045)893-2999

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●横浜市瀬谷区休日急患診療所 ☎(045)302-5115

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●都筑区休日急患診療所 ☎(045)911-0088

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●鶴見区休日急患診療所 ☎(045)503-3851

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●戸塚休日急患診療所 ☎(045)852-6221

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科・歯科)

●中区休日急患診療所 ☎(045)622-6372

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●西区休日急患診療所 ☎(045)322-5715

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●保土ヶ谷区休日急患診療所 ☎(045)335-5975

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

●緑区休日急患診療所 ☎(045)937-2300

診療時間：午前9時～12時 午後1時～4時 (内科・小児科)

●南区休日急患診療所 ☎(045)731-2416

診療時間：午前10時～午後4時 (内科・小児科)

### 横浜市夜間急病センター

横浜市救急医療センター1・2階 ☎(045)212-3535

内科・小児科：午後8時～午前6時(4月から午前0時まで)

眼科：午後8時～午前0時 耳鼻咽喉科：午後8時～午前0時

### 横浜市北部夜間急病センター

都筑区休日急患診療所1階 ☎(045)911-0088

内科・小児科：午後8時～午前0時

### 横浜市南西部夜間急病センター

泉区休日診療所 ☎(045)806-0921

内科・小児科：午後8時～午前0時

### 神奈川県医師会中毒情報相談室

☎(045)262-4199 [24時間対応]

### 横浜市救急医療情報センター

横浜市救急医療センター3階 ☎(045)201-1199 [24時間対応]

### 横浜市歯科保健医療センター

休日・夜間救急歯科診療 ☎(045)201-7737

休日診療：午前10時～午後4時 夜間診療：午後7時～11時