

◎職場体験学習を受け入れました

1月28日から30日まで、榛生昇陽高校から5名の学生が職場体験学習に来られました。院内の見学や事務、看護など病院内でのさまざまな仕事や体験を通じて「病院」という職場がどんなところが学習してもらいました。職業意識や今後の進路について、何か学び取ってくれたのではないのでしょうか。

当院では学生さんの将来の夢のために少しでも役立てるよう、今後も積極的に体験学習を受け入れていきたいと考えています。



■3月の土曜日の開院日のご案内

7日、21日を平常診察（※耳鼻いんこう科、皮膚科は休診）します。また7日の泌尿器科は休診となります。

●■看護師（正職員・パート）募集

- 募集人員 若干名
- 申し込み 履歴書、資格証明書の写しを提出
- ☆院内には保育園も設置しています。潜在看護師の方もお気軽にお問い合わせください。
- 問 市立病院庶務課

●■糖尿病教室のご案内

- 40歳以上の10人に1人がかかっていると言われる糖尿病について、当院の専門スタッフが分かりやすく説明します。糖尿病と診断された方、糖尿病についてもっと知りたい方、ご家族の方、どなたでも無料でご参加いただけます。一緒に学習をして、正しい自己管理を身につけましょう。

- 内容 第2木曜「糖尿病及び運動療法について」
- 第3木曜「食事療法について」
- 第4木曜「合併症について」「日常の注意点」
- 3月は12日・19日・26日に行います。
- 時間 午後2時～3時 場所 東館2階232号室

肩・肘関節痛でお悩みの方に

肩や肘の関節の痛みにお悩んでおられる方は多いと思います。今回は1月に着任された整形外科医長の水振(もんどり)先生にお話を伺いました。

私は関節鏡（関節の内視鏡）治療を中心とした肩・肘関節外科およびスポーツ整形外科を専門としています。一昔前は関節鏡といえば膝関節のみで一般化しておりましたが、昨今の内視鏡設備の充実と技術の革新により、肩・肘関節でも多くの疾患が治療可能な時代になってきました。

関節鏡治療の利点としては、従来の切開して行う手術より低侵襲であり、患者様への体の負担は少なく済むということがあげられます。また、他の組織（関節に到達するまでの筋肉や腱）を傷つけることが少ないために、術後の痛みが少なく、リハビリもスムーズにこなせるという利点もあります。

中高齢者の患者様の中には、肩が痛くても、五十肩だから仕方がないとあきらめていらっしゃる方も多くおられることと思います。しかし実際的には、そのうちの約半分の患者様はその他の疾患（腱板断裂や変形性関節症など）であり治療対処可能です。五十肩（拘縮肩）が原因で、肩痛や肩関節可動域制限でお困りになっている患者様においても、適切なリハビリ治



療と関節鏡手術を併用することで治療効果が得られることもありますので、決してあきらめることなく、気軽に我々に相談してみてください。



若年者においては、痛みや筋力低下でスポーツに支障が出ている方や、繰り返す脱臼でお困りの方も多くおられると思います。低侵襲手術が定着してきた現在では、気合や精神力で治すというのは時代遅れの考え方です。

特に少年期の投球障害においては、そういった不適切な指導が取り返しのつかない過ちを起し、未来ある青少年の夢を打ち砕くことになるのです。我々は、早急に原因となる部位を同定し、それに対して専門的リハビリ治療を中心とした保存的治療を積極的に行っていくとともに、スポーツ障害に対する適切な予防策を指導していくようにしています。それでも改善を認めない場合や、不幸にして骨・関節に障害を認める場合は関節鏡による低侵襲手術で対処していくように努めています。



もし、肩・肘関節の痛みや機能低下で困っていらっしゃる方がおられれば、いつでもご相談ください。

★整形外科医長 水振(もんどり)先生の診察は月曜日です。