

*リハビリとは

- ・ケガや病気が原因で身体の機能や能力が低下した方に対しその改善のお手伝いをします。また、障がいがあっても、社会で不利益にならないように退院後の生活も考えます(使いやすい道具の提案・自宅でできる体操の提案など)。
- ・リハビリは医師の指示のもとに始まります。まず、患者さんの元へ出向き、痛みの具合、患部の感覚や動かせる範囲、筋力は保たれているか、自力でベッドから起き上がれそうか、会話はしっかりできるか、仕事や家事動作の様子、歩行時の道具の使用など受傷前の生活状況について確認します。そして得られた情報から必要な運動プログラムを立案し行っていきます。
- ・リハビリ期間中も様々な医療スタッフと情報交換し、リハビリ状況の共有や介護サービス利用の選択について話し合います。(※主に理学療法士・作業療法士・言語聴覚士がリハビリに携わります。)



【とちの木病院 リハビリテーション科 主任 大久保 貴史】

9/19(土)~20(日) 壬生町総合公園陸上競技場にて がん患者支援チャリティイベント「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2015とちぎ」に参加致しました。

活動風景



平成28年度
とちぎメディカルセンター
が生まれ変わります。

私達と一緒に働いてくれる 仲間を必要としています。

- 地域完結型医療の提供
- 24時間の救急医療体制

募集職種 医師、看護師、看護補助、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士など

採用試験 日時：随時受付致します(定員到達しだい締切)
内容：面接試験

問い合わせ先 ☎0282-20-1281 担当：総務部

お知らせ

☆皆様に、より一層愛される病院として、生まれ変わる病院の内部をご覧頂くため見学会を開催致します☆

☆場 所☆

とちぎメディカルセンターしもつが

☆実 施 日☆

平成27年11月6日(金)、7日(土)

※10月16日を持ちまして見学会
申込みは受付終了しております※

たくさんのご応募ありがとうございました。

一般財団法人とちぎメディカルセンター 機関紙



発行：一般財団法人とちぎメディカルセンター
住所：〒328-0052 栃木市祝町4番25号
TEL：0282-20-1281 FAX：0282-25-1137
E-mail：honbu@tochigi-medicalcenter.or.jp
http://www.tochigi-medicalcenter.or.jp/

▼ご意見・ご感想、身近な情報をお待ちしております。



【メディカルセンターしもつが リハビリセンター】

【新リハビリ室内②】

【総合保健医療支援センター建設状況③(9/25)】

【総合保健医療支援センター建設状況①(8/28)】

【とちの木病院(メディカルセンターとちぎ)新リハビリ室内①】

【総合保健医療支援センター建設状況②(9/17)】

【初期研修医紹介】 下都賀総合病院で新たに医師2名が初期研修を開始しました。



米倉 慧 (よねくら さとる)

【出身大学】・東京医科歯科大学(宇都宮市出身)
【趣 味】・合気道、映画鑑賞
【志 望 動 機】・一般的な疾患を中心としたプライマリ・ケアや手技を学べる機会も多く、指導医との距離も近い為、密度の濃い指導が受けられ、スタッフ間の雰囲気も良いことからです。
【心構えを一言】・教育熱心な先生方と優しいスタッフの方々を支えられ日々勉強の毎日です。駆け出しの身ではありますが、医師として皆様の役に立てよう頑張ります。



益田 敬明 (ますだ たかあき)

【出身大学】・獨協医科大学(熊本県出身)
【趣 味】・テニス(硬式)、スポーツ全般・料理・旅行・創作活動(小説、音楽)・芸術鑑賞など
【志 望 動 機】・地域密着型の病院で、大学病院に比べ経験させて頂ける手技も多く、スタッフ間の雰囲気もアットホームであり、希望に沿ったスケジュールで各科を回ることが出来るからです。
【心構えを一言】・皆さんが気兼ねなく接することができ、身体の痛みの治療だけでなく、心の痛みにも寄り添える医師でありたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします。

法人運営理念

【心】の通う優れた医療を提供し、地域から信頼され愛されるメディカルセンターを目指します

とちぎメディカルセンター下都賀総合病院

外来診療表

TEL 0282-22-2551 (代表)

午前受付時間

小児科・産婦人科・泌尿器科・整形外科・眼科・耳鼻咽喉科・形成外科・皮膚科は11:00まで
その他診療科は11:30まで (皮膚科水曜のみ10:45まで)

平成27年10月26日

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金) and rows for various medical departments (内科, 老年内科, 精神科, 小児科, 外科, 形成外科, 消化器科, 整形外科, 神経内科, 脳神経外科, 皮膚科, 泌尿器科, 産婦人科, 眼科, 耳鼻咽喉科). Each cell contains doctor names and appointment times.

※午後受付時間~(月・火・水・金) 13:00~16:00 診療開始時間~(月・火・金) 15:00~、(水) 15:30~

とちぎメディカルセンターとちの木病院

外来診療表

TEL 0282-22-7722 (代表) 健診センター

TEL 0282-20-1900

平成27年10月26日

午前受付時間

月～金までは11:30まで 土曜日は11:00まで

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for various medical departments (内科, 小児科, 外科(乳腺), 泌尿器, 脳神経外科, 整形・スポーツ整形, 婦人科, 皮膚科, 透析). Each row lists the attending physician for that day and time slot.

Table for '健診部門' (Health Check Department) with columns for days of the week and rows for 'ドック診察', '内視鏡', and '一般健診 PM3:45~'. It lists the attending physician for each day.

その症状 変形性股関節症 では？



《医師紹介》

下都賀総合病院 整形外科
医長 宮本 理 先生

「**変形性股関節症**」は周囲を厚い筋肉で覆われた「**股関節**」に痛みを生じる疾患です。日本では**先天性股関節脱臼**や**寛骨臼（臼蓋）：かんこつきゅう（きゅうがい）形成不全**に伴うものが多く、患者さんの多くは50～60代以降の方でした。痛みの出方は様々で、多くは臀部の横に出っ張っている部分（大転子：だいてんし）の周囲や鼠径部付近が痛みますが、太もも前面、膝、すね、坐骨神経痛などの痛みが出ることもあります。特に股関節を深く曲げる和式トイレに入るような蹲踞（そんきょ）する姿勢が続いた後に症状がでてくる方は股関節の障害が疑わしいので受診をお勧めします。

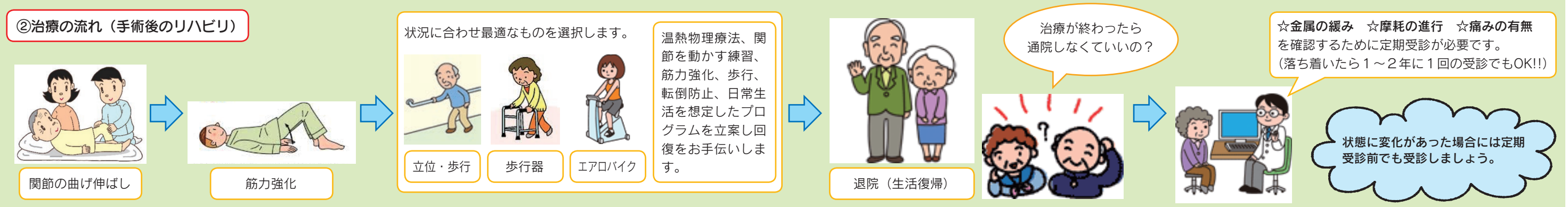
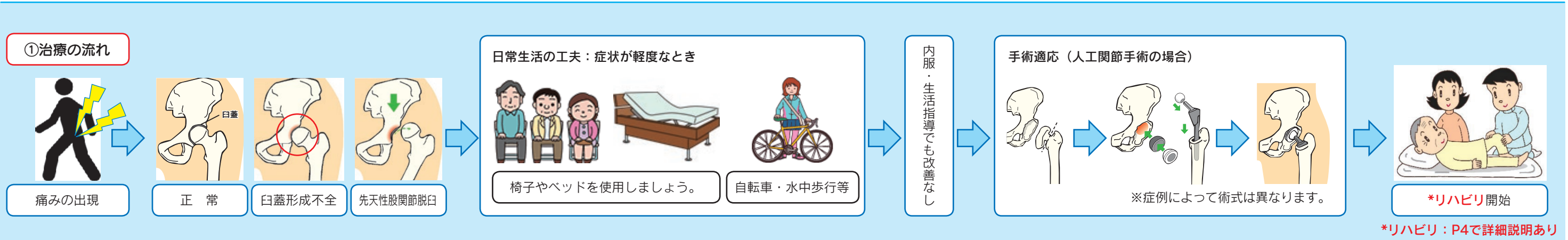
症状が軽度な場合は先にお話した動作を避けるような生活をして頂くこと、つまり椅子やベッドを使って生活することをお勧めしています。

よくその「高さ」についても質問されますが、**立っている時の自分の膝のお皿（膝蓋骨：しつがいこつ）よりやや高いもの**を勧めています。

過度なスポーツは関節にダメージを与えますので、**プールでの水中歩行**や**自転車**をお勧めします。水泳でも股関節を捻る平泳ぎなどは避けるようにしてもらっています。

痛み止めの内服や生活指導でも改善のない場合は股関節の手術になります。寛骨臼形成不全の場合は年齢が若い場合は「**骨盤の骨切り**」、年齢が40代後半以降の場合は「**人工関節**」をお勧めしています。下都賀地区の方は我慢強い方が多いせいか関節の変形が進行して来院される方が多く手術を行った方をみると大半が人工関節でした。

手術後はおおよそ**3週間程度の入院**になり、特に問題が無ければ手術翌日より歩行訓練を開始し、つかまり歩行、杖や歩行器歩行、階段や段差の訓練、靴下や入浴動作ができるようになったら退院になります。



③退院後の在宅ケア体制

退院後の生活に不安な点はありませんか？
例えば…

【居宅介護支援事業所】
☆介護保険を利用すると…
・福祉器具（杖・歩行器）をレンタル。
・引き続きリハビリを受ける。
・住宅改修で家の中の段差をなくし手すりをつける。など様々なサービスを受けることができます。ご自宅での生活に介護が必要と思ったらいつでもご相談ください。
(電話 0282-23-5867)

【訪問看護ステーション】
☆定期的にご自宅へ伺います
・筋力強化運動のお手伝い
・ご自宅の浴室での入浴介助
・痛みや症状の変化に対する不安を早期に解決するため、いつでも電話相談を承る体制を整えていますのでご安心ください。
(電話 0282-22-5810)

【介護老人保健施設 とちの実】
☆リハビリを継続して自信をつけたい方。
・短期入所による集中リハビリも可能。
・通所リハビリ（送迎サービスあり）。
・ショートステイ：急な利用の要望にも対応可能です。(1泊からも可) 施設利用中はご自宅と同じ生活ができるよう入浴介助等を含め様々なサポートを致します。(電話 0282-22-7773)

とちぎメディカルセンターは皆様が住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、法人内の連携を密に皆様の生活を支援致します。