

# 旭ろうさい病院ニュース

病院情報誌 第167号

令和3年4月1日発行

発行所:旭ろうさい病院

〒488-8585

尾張市平子町北61番地

TEL 0561-54-3131

FAX 0561-52-2426

## 当院でのMRI緊急枠について

整形外科医師 與吾 一幸



腰椎圧迫骨折や大腿骨頸部・転子部不顕性骨折は、Xp や CT では骨折の評価をするのに困難な場合があります。そのような場合、外来で定期的に診察し診断することもあります。経過観察中に椎体の圧潰が進行したり転位を生じた結果、術式が変更になってしまうことや急な疼痛増悪のため救急車で来院することもあるかと思えます。

当院では出来るだけ早期に診断・治療ができるよう MRI 緊急枠を設けており、脊椎の場合は矢状断、股関節の場合は冠状断と軸位断を撮影し骨折の有無を確認することが出来ます。骨折と診断した場合、大腿骨骨折では早期に手術が出来るよう当日に入院とし、術前検査を施行したのち手術・リハビリへと早期の治療が可能となります。

また椎体骨折では診断後入院もしくは自宅で安静としたのち、義肢装具士が来院する火・木曜日に体幹ギプスやコルセットの採型を行い、体幹固定後より離床リハビリを開始できます。自宅ではできるだけ受傷前の生活を行ってもらい、ADL を低下させないように心掛けております。

また原因不明な腰痛の患者さんで MRI を施行した結果、化膿性脊椎炎や椎体の骨転移などを診断できることがあります。当院では積極的に MRI 検査を施行しています。

腰背部痛や股関節痛の患者さんで、診断に迷われた症例がございましたら、当院にご紹介下さい。

ご参考までに以下にガイドラインを一部記載します。

(大腿骨頸部/転子部骨折 診療ガイドライン 改訂第2版)

股関節部痛を訴えて受診した 895 例中、219 例 (29%) はエックス線単純写真で骨折が確認できたが、骨折が判明できなかった 545 例中、臨床的に骨折が強く疑われる 62 例にただちに MRI を行い、放射線科専門医と救急専門医で画像診断を行い、24 例に骨折が診断できた。主な骨折とその頻度は頸部骨折が 13.8%、転子部骨折が 6.9%、恥骨骨折が 34.5%、仙骨骨折が 27.6%、臼蓋骨折が 10.3%であった。

MRI は非侵襲的に検査ができ、骨折部位は T1 強調像で低信号、T2 強調像または STIR 像で高信号として抽出される。

(症例提示)

右大腿骨頸部 (近位部) 不顕性骨折の症例です。Xp、CT では明らかな骨折は認めませんが、MRI にて頸部に T1 強調画像で線状の骨折線を確認します。



腰椎圧迫骨折の症例です。MRI で骨折部が明瞭であることが分かります。  
(骨折部は STIR 像で高信号域となります)



# 高齢者の転倒予防について

中央リハビリテーション部部长  
辻中 清晃 (理学療法士)



## 〈はじめに〉

国立長寿医療研究センターと筑波大学が連携して実施した調査によると、新型コロナウイルス感染症の拡大前後で、日本の高齢者の1週間あたりの身体活動時間は約60分(約3割)も減少しているとのこと。また、自粛の中でも意識的に運動をおこなっている高齢者は半数しかおらず、おこなっている運動も、ウォーキングや自宅内での軽い運動がほとんどで、いずれも一人でおこなっているという状況とのことでした。新型コロナウイルス感染の危険性だけでなく、外出の自粛が推奨されることにより、生活が不活発になり、心身機能が低下するなど健康への悪影響が懸念されています。

高齢の方にとっては、自粛生活が長期化することにより、以前の生活よりも活動性や筋力の低下が起り、バランス障害や転倒・骨折を引き起こすことで移動が困難になり、さらに筋力が低下するといった悪循環を引き起こし、健康寿命が短縮するリスクが高まっています。

リハビリテーションに関わる者として、今後、自粛生活の長期化による高齢者の転倒事故と要介護者の急増・介護度の悪化を危惧しているところです。

## 健康寿命とは

健康で日常生活を支障なく送ることのできる期間のこと。

平均寿命 - 健康寿命 = 日常生活に制限のある期間



出典；公益社団法人理学療法士協会理学療法ハンドブック シリーズ1「健康寿命をのばそう！」

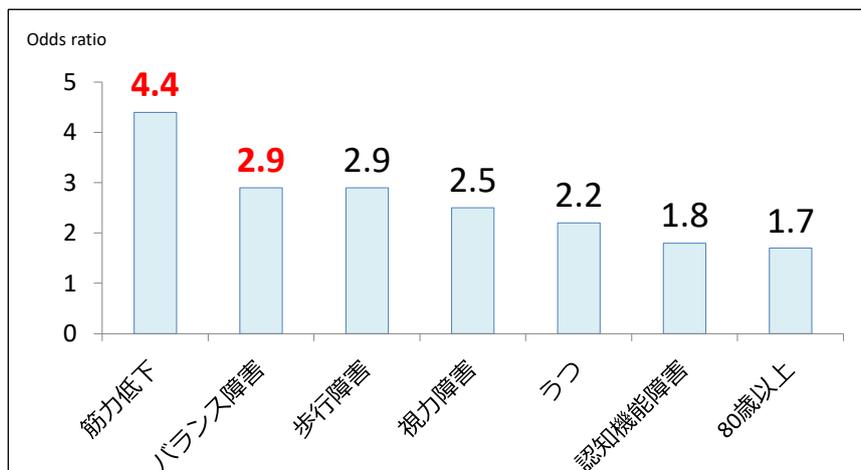
## 〈転倒の原因〉

平成 28 年の東京消防庁のデータによると、高齢者が救急搬送される理由で最も多いのが「ころぶ」事故で全体の約 8 割となっています。また、転倒事故は年々増加傾向にあり、60 歳ころからころびやすくなると報告しています。

転倒する原因としては、高齢者自身が抱える問題（加齢による変化・疾病や障害の影響・薬や食事の影響）や環境の影響、突発的要因などが挙げられます。

その中でも、「筋力低下」と「バランス障害」といった身体的要素に関連した要因の危険度が高いとされています。

## 転倒の危険度



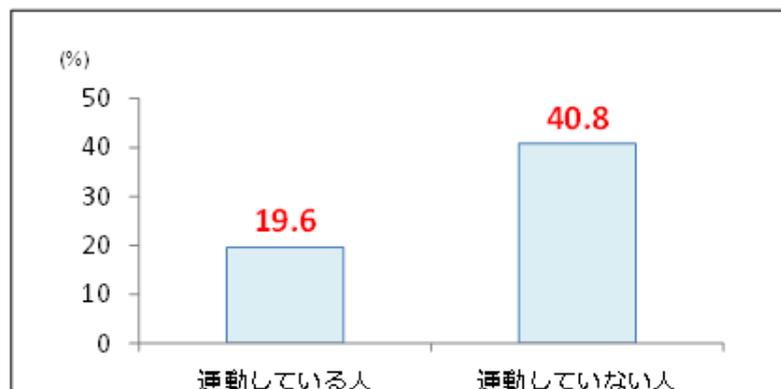
### 身体的要素に関連した要因の危険性が高い

(American Geriatrics Society, British Geriatrics Society, and American Academy of Orthopedic Surgeons Panel on Falls Prevention: Guideline for the prevention of falls in older persons, Journal of the American Geriatrics Society: 2001より引用、改変)

## 〈転倒を予防するには〉

大腿骨頸部骨折術後の方に退院後継続して運動をおこなった人と運動をおこなわなかった人への調査で、「運動をおこなっていない人」は「運動をおこなっている人」と比較して、1年後の再転倒率が約 2 倍になると報告されています。

## 1年間の再転倒率



### 運動は転倒予防に効果的

(Kim Hetal. Risks and fractures in participants and excluded non-participants of a fall prevention exercise program for elderly women with a history of falls: 1-year follow-up study. Geriatrics Gerontology International 2018より引用、改変)

また、転倒予防に関するエビデンスとしては、「地域在宅高齢者に対して、転倒予防のために運動介入あるいは薬物指導や家屋内の物的環境チェックなどの多角的介入は、確実に転倒発生を抑制することから推奨される」がグレード A となっています。

転倒を予防するには、栄養バランスに配慮した食生活や薬物の適切な服用・生活環境の整備とともに、やはり運動をおこなうことが大切になります。

### 〈転倒予防に効果的な運動とは〉

転倒予防に関する報告としては、筋力トレーニングのみ、歩行練習のみでは転倒予防の有効性は証明されておらず、複合的な運動プログラム（筋力強化＋バランス＋歩行など）をおこなうことが転倒を減少させると報告されています。

重力の下で身体を支え 2 足立位や歩行を安定しておこなうためには、抗重力筋（大腿四頭筋、大・中殿筋、下腿三頭筋・脊柱起立筋群など）の筋力を保つこと、及び、それらの筋が協調して働くことが重要になります。

実際の運動としては、スクワット・カーフレイズ・片脚立位保持などが挙げられます。これらの運動を継続しておこなうことにより、下肢体幹の筋力やバランス保持能力の維持・向上に対して効果が期待できます。

具体的な運動の方法については、公益社団法人日本理学療法士協会発行の「理学療法ハンドブック シリーズ 1（健康寿命）」

(URL ; <http://www.japanpt.or.jp/general/tools/handbook/>) 等を参考にしてください。

### 〈注意点〉

転倒予防の運動は、短期間で大きな効果が得られるものではなく、長期間続けておこなうことで少しずつ身体能力の改善を目指すものです。身体の状態に合わせて運動量や負荷量を調整し、疲労や痛みが出ない無理のない範囲で、楽しみながらおこなうことで運動の継続が期待できると考えます。

### 〈おわりに〉

新しい生活様式の中、関わる方々だけでなく自らも要介護に向かわないために、心身ともに積極的に活動できるように運動に取り組んで転倒を予防していきましょう。





# 医師異動のお知らせ



## 新任医師

令和3年4月1日付

外科部長	松村 卓樹	平成18年3月	愛知医科大学卒業
外科部長	倉橋 真太郎	平成21年3月	愛知医科大学卒業
整形外科部長	印南 智弘	平成22年3月	愛知医科大学卒業
呼吸器内科部長	黒川 良太	平成22年3月	名古屋市立大学卒業
小児科医師	大江 雅美子	平成22年3月	名古屋市立大学卒業
消化器内科医師	藤田 美穂	平成29年3月	愛知医科大学卒業
総合内科医師	成井 龍樹	平成28年3月	名古屋市立大学卒業
整形外科医師	橋本 康平	平成29年3月	愛知医科大学卒業
専攻医	木村 理沙	平成30年3月	名古屋市立大学卒業
専攻医	中井 俊介	平成30年3月	兵庫医科大学卒業
専攻医	藤井 藍	平成30年3月	徳島大学卒業
専攻医	西垂水 希美	平成31年3月	秋田大学卒業
専攻医	向井 彩	平成31年3月	名古屋市立大学卒業
専攻医	渡部 圭史	平成31年3月	愛知医科大学卒業
専攻医	古田 有里子	令和1年3月	産業医科大学卒業
初期研修医	大前 瞭	令和3年3月	滋賀医科大学卒業
初期研修医	關戸 勝基	令和3年3月	山口大学卒業
初期研修医	本林 美保	令和3年3月	名古屋市立大学卒業

## 退任医師

令和3年3月31日付

整形外科副部長	浅野 雄資
消化器内科副部長	鈴木 恵里奈
消化器内科医師	加藤 駿介
呼吸器内科医師	伊藤 圭馬
外科医師	鈴木 瑛
専攻医	市野 由華
専攻医	栗林 友紗
研修医	小栗 梓
研修医	川又 健志
研修医	吉田 純