

この度

# 大久保病院にロゴマークが誕生しました!

職員応募28作品の中から厳正なる審査の結果、こちらの作品に決定しました。

これからは地域の皆様にも、このマークは「大久保病院!」と言っていただける、未永く親しまれるマークになってくればと思います。

どうぞ宜しくお願い致します。



ロゴマーク作者には表彰がありました。



## 大久保病院公式Instagramを始めました!



院内の日常や様々な情報発信をしています。この機会にぜひフォローをお願い致します。



【由来】

### 一地域医療に想いをかけて一

誠仁会のグリーンを基調に患者・地域・病院を表し、地域のつながりの中で支え合い手を取り合っていることを表現。中心のハートは患者さんへのおもいやりの心、安心感・信頼感を与えることができる病院であることを表している。



特定医療法人誠仁会

# 大久保病院だより

2024年  
10月25日  
秋 No.55

編集・発行|特定医療法人誠仁会 大久保病院 地域医療連携室・明石市大久保町大窪2095-1 TEL078 (935) 2680 FAX078 (935) 2684

## 痛みをコントロールして より良い生活を

麻酔科 医師 井谷 基



「治療してもなかなか痛みが軽くない」「原因がよくわからないまま痛みが続く…」そんな慢性の痛みを抱えて悩んでいませんか?

大久保病院ではペインクリニック《痛み(ペイン)を診療(クリニック)》外来にて痛みを緩和し、ADLの上昇、QOLの向上を図り、痛みと付き合い方を患者様と共に考える治療を実施しております。

長期間痛みでお困りの方は、まずはお相談ください。専門医が、一緒に痛みについて相談しながら治療を行っていきます。またご周囲の方で慢性的な痛みにお困りの場合にも、当院のペインクリニックをご紹介します。

### 〈治療内容〉

- 薬物治療
  - 神経ブロック
- またそれらの治療で十分な疼痛緩和が得られない患者様に対しては下記治療を実施しております。

- SCS(脊髄刺激療法)※
- 経皮的硬膜外癒着剥離術
- 腰部交感神経遮断術
- 神経根ブロック(高周波パルス療法)

### ※SCS(脊髄刺激療法)とは

脊髄後索を微弱な電気で刺激することにより慢性の痛みを和らげる治療です。

体内に電極リードと刺激装置を留置する完全植込み型システムです。植込み後も1.5T及び3TのMRIを撮像することが可能です。

\*認知機能や精神状態に不安のある方には適しません。

### ペインクリニック診療日

|    | 月 | 火 | 水  | 木 | 金 |
|----|---|---|----|---|---|
| 午前 | ● |   | ●  |   | ● |
| 午後 |   |   | ●* |   |   |

※予約制：第3週16時~18時

### こんな痛みにも有効

- 手術を避けたい脊柱管狭窄症や椎間板ヘルニア
- 頸椎・腰椎手術後の上肢・腰下肢痛
- CRPS(複合性局所疼痛症候群)
- 帯状疱疹後の続く痛み
- 末梢動脈疾患(PAD)による痛み
- その他末梢神経障害性疼痛

など

ただし、すべての痛みにも有効性を保証するものではありません。

病状や抗血栓薬の内服等によって選択できない治療法も多くあります。

特定医療法人 誠仁会

## 大久保病院

〒674-0051 明石市大久保町大窪2095-1  
tel.(078)935-2563



### 交通機関をご利用の方

- JR山陽本線「大久保」駅下車、北へ徒歩15分
- 「大久保」駅北口より神姫バス
- ②のりば 19「山手台」行き
- ③のりば 12「西神中央」駅、「上岩岡」、「五百蔵」行き「山手小学校前」バス停下車、東へ徒歩5分

### 車をご利用の方

- 第二神明道路「大久保IC」より、大久保方面へ約10分

大久保病院だよりはホームページでもご覧になれます  
<http://www.seijinkai.or.jp/okubo/index.html>



地域医療に  
想いをかけて

# 痛みを抑えるお薬について



痛みの種類は「侵害受容性疼痛」、「神経障害性疼痛」「痛覚変調性疼痛」の3つに大きく分類されます。特に痛みを抑える薬が使われるのは「侵害受容性疼痛」「神経障害性疼痛」です。

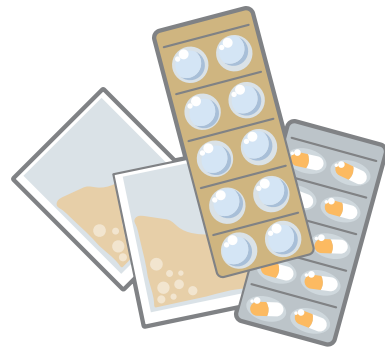
『侵害受容性疼痛』は、末梢で痛みの伝達物質が放出され起こる痛みです。切り傷、熱傷、外傷、手術などの痛みというイメージができるでしょうか。このような痛みには、ロキソプロフェンやジクロフェナクに代表される非ステロイド鎮痛薬（NSAIDs）、総合感冒薬や解熱鎮痛薬に配合されていることが多いアセトアミノフェン、脳・脊髄や末梢神経に作用するオピオ

イド鎮痛薬がよく使われます。アセトアミノフェンは病院で処方される以外に、知らずに一般薬の風邪薬や

痛み止めで服用している可能性もあるため、長期で服用する場合は注意が必要です。NSAIDsやオピオイド鎮痛薬は経口薬以外に、貼付薬もよく使われます。

『神経障害性疼痛』は、神経に何らかの損傷が加わり、神経の働きに異常が生じて起こる痛みで、電気が走るような痛みやズキズキする痛み、灼熱痛、鋭い痛みなどと表現されることが多いです。帯状疱疹後の痛みや糖尿病性の神経障害、三叉神経痛、線維筋痛症など原因はさまざまです。このような痛みに使われる代表的な薬はプレガバリンやミロガバリンなどで、神経の興奮を抑えたり、痛みを抑える神経を活性化して痛みを和らげます。人により、服用開始後しばらくの間は眠気、ふらつき、めまいなどを感じる場合があります。

いずれの薬も医師の指示に従って服用しましょう。



## リハビリ通信

リハビリテーション科

第7回

### 肩関節のリハビリテーション



写真1



写真2

加齢とともに、肩・腰・膝などの痛みに悩まれる患者様は増えます。そこで今回は、当院の肩関節のリハビリテーション(以下、リハビリ)について紹介します。

肩関節は、回旋動作も行える可動性の大きな関節です。そのため、負担がかかりやすく、関節の構造も複雑なため、痛みの部位も様々です。

リハビリを行う際には、筋肉の部位や炎症の有無などを実際に触れて確認し、エコーなどの機械を使って

体の中まで詳細に評価します(写真1)。

局所に対する治療で改善しても、痛みが再発することもあります。その原因として姿勢の悪さがあるため、局所の治療と並行して姿勢の改善も行っています。姿勢を改善する方法のひとつにピラティスがあり(写真2)、ピラティスを用いた運動の指導もしています。

リハビリテーション科 水島健太郎

## 新任医師紹介

整形外科【肩】【スポーツ整形(膝・足関節)】専門外来 ※診察日は外来診療担当医表をご確認ください



佐原 亘

肩専門外来

はじめまして。佐原亘と申します。大阪大学整形外科に入局し、関連病院で肩関節診療について経験を積んでまいりました。

肩関節周囲炎(五十肩)、肩腱板断裂、反復性肩関節脱臼、肩石灰沈着性腱板炎など、肩の慢性疾患に対する診療を行っております。当院ではリハビリテーションや注射などの保存療法から手術療法まで幅広く対応しています。

小学生のときに明石市で育ちましたので、この地で地域医療に貢献できることをたいへん嬉しく思っております。肩の痛みでお困りの患者様がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介いただけますと幸いです。



松尾 知彦

スポーツ関節(膝・足関節)

2024年9月より整形外科で勤務しております松尾知彦です。これまで大阪大学関連の病院で、膝関節、足関節のスポーツ外傷・障害に対する手術加療を行ってきました。

膝関節では靭帯損傷、半月板損傷、膝蓋骨脱臼、足関節では靭帯損傷、インピンジメント症候群などが手術対象疾患です。主な手術として、前十字靭帯断裂に対する前十字靭帯再建術、半月板損傷に対する半月板縫合術(または切除術)、膝蓋骨脱臼に対する内側膝蓋大腿靭帯再建術を行っています。また、初期から進行期の変形性膝関節症に対して、高位脛骨骨切り術を行っています。

膝関節、足関節の痛みでお困りの際は、ご相談頂ければと思います。どうぞよろしくお願い致します。

## 身体にやさしいレシピ

栄養科

### あつあつ豆腐グラタン

材料(1人前)

- 絹ごし豆腐 .....100g (小1パック)
- 鶏もも肉 .....35g
- ほうれん草(できればサラダ用).....40g (2株)
- 玉ねぎ .....30g (1/4個)
- プチトマト .....6個
- マカロニ .....15g
- マーガリン .....5g (小さじ1)
- コンソープの素(粉末) .....1袋
- 食塩 .....少々
- ピザ用チーズ .....20g
- 乾燥パセリ .....少々

作り方

- ①鶏もも肉は一口大、玉ねぎは薄切り、ほうれん草は3cm程に切る。
- ②マカロニは所定の時間でボイルしておく。
- ③絹ごし豆腐をつぶし、コンソープの素を入れてよくかきまぜる。
- ④鍋にマーガリンを溶かし、①と食塩少々を入れて炒める。②、③を加え全体に火が通るようによくまぜる。
- ⑤④を器に盛り、ヘタをとって洗ったプチトマトをかざり230℃に予熱したオーブンで焼く(3~5分)。
- ⑥⑤を一度取り出し、ピザ用チーズをのせて再度焼く。チーズに焼き色がついたらパセリをふり完成。

料理のポイント

豆腐とスープの素を使ってできる簡単メニューです。トマトとチーズを時間差で焼くと彩りよく仕上がります。

栄養成分

エネルギー: 386kcal  
 蛋白質: 22.9g  
 塩分: 2.0g