回覧

ほうとく

2022年 10月号



〒519-2505 大台町江馬127報徳診療所 ☎0598-76-1133

2022年10月5日発刊 第47号

≪裏面記事≫

- •職員紹介
- インフルエンザワクチン 接種のお知らせ
- ・R4年度外来担当表 など

骨粗鬆症について

皆さん、こんにちは。金曜午後に診療を行っております、 三重大学整形外科の竹上徳彦と申します。 今回は、骨粗鬆症(こつそしょうしょう)についての お話です。



三重大学 整形外科 竹上先生

骨はずっと同じものがあるわけではなく、古くなった骨は壊れて、新しくいい骨ができるといったように、だんだんと新しいものに置き換わっています。

しかし加齢とともに、「古い骨が早く壊れてしまう」、「新しい骨ができにくい」、「新 しくできたが骨の質が悪い」などの原因から骨粗鬆症となります。

骨粗鬆症、すなわち骨がもろくなっていると、骨折が起こりやすくなります。しかし厄介なことに骨粗鬆症自体には痛みは伴わないので気付かないうちに発症し、進行していきます。そのため突然「ちょっとつまずいただけ、こけただけ」で、骨折してしまい、特に大腿骨(太ももの骨)などの大きな骨折では歩けなくなり、治療にも時間がかかり、生活も困難になります。症状がない時期、骨折をする前から骨粗鬆症の検査・治療を行い、骨折の予防をすることが大事です。

また背骨の骨折は「いつのまにか骨折」と言われるように、多くの方は痛みもなく骨折していることがあります。「だんだん腰が曲がってきた」、「背が縮んだ」という方は、「いつのまにか骨折」を起こしている可能性があります。痛みがないからとそのままにしておくと、連鎖的に次々と骨折してしまうことが多くあります。

当診療所では、様々な骨粗鬆症の薬を、患者さんの骨密度の程度や年齢、活動量に応じて使い分けています。骨粗鬆症は女性ホルモンとも関連していますので、特に<u>65歳以上の女性</u>は、現在症状がなくても要注意です。

三重大学では、大台町民の方を対象とした、「骨検診」を2年ごとに行ってきました。コロナウイルスのために、2021年は中止となりましたが、今年は3年ぶりに開催を予定しています。ここ数年間、骨密度検査をしていない方、「だんだん腰が曲がってきた、背が縮んだ」と感じる方は、当診療所までお問い合わせください。



「骨検診」では骨粗鬆症だけでなく、関節リウマチ、腰痛、膝痛、運動能力などを 様々な項目の検査を予定しています。50歳以上の方はぜひご参加ください。

三重大学 整形外科 竹上 德彦

★職員紹介 No.7 余谷正人(放射線技師) ★

早いもので病院時代も含めて25年間、地元で働かせてもらえる有難さを 感じ、一生懸命務めさせてもらってます。

休日の楽しみはドライブです。歴史と魚釣りが好きなことを"合わせ技" にしてドライブ+お城巡り、ドライブ+釣りで家族、友人たちとプチ旅行 に行くことです。(家族は甘いもので付き合ってもらってます・・・笑) 最近はケン玉も楽しんでいます。皆さんも是非やってみましょう!



診療所からのお知らせ

〇10月分の新型コロナワクチン接種

・接種曜日 月曜日・木曜日の午後 金曜日の午前

> ※金曜日の午前の外来は休診・投薬受付 のみとなります。(10/7は除く)

・予約方法 コールセンターでの電話予約のみ

☎: 0120−53−5670

- *ワクチンの種類は「オミクロン対応型2価ワ クチン」に変更になります。
- *外来診療と並行して行うためお待せする場合 があります。ご了承下さい。

インフルエンザ予防接種のご案内

〇予約開始日 10月21日(金)より 〇予約方法 10月21日 (金) 電話のみ 10月24日(月)~

電話・受付窓口にて対応

〇接種期間・時間

11月2日(水)より12月末まで 水曜日 $17:00\sim18:00$

金曜日 $9:00\sim11:00$ 17:00~18:00

* 大杉谷診療所にかかつけの方は 大杉谷診療所にて予約受付をさせて頂きます (診察時間内に電話・受付窓口にて)

〇特定健康診査(個別検診)の 期間延長のお知らせ

延長される検診の種類

- ◇特定健診
- ◇国保ミニドック
- ◇後期高齢者健診



延長される期間

令和5年1月31日(火)まで

骨健診のご案内



11月・12月に三重大学の主催で骨健診を行います。 大台町在住の50歳以上の方が対象となります。

- ・宮川地域の方には検診参加票を郵送いたします
- ・大台地域の方は電話でのお申込みとなります (詳細は回覧にてお知らせします)

報徳診療所		月	火	水	木	金
午	受付時間 内科 8:30~11:30	増 井	松 島	増 井	松 島	増 井
前	眼科 9:30~11:30	_	松 原	_	_	_
午	内科 13:30~16:30	松島	※ 松島	松 島	増 井	増 井
後	整形 14 : 00~15 : 30	_	_	_	_	竹 上
時 間 外	内科 17 : 00〜18 : 00 (救急のみ)	松 島	_	松 島	_	増 井

大杉谷診療所		月	火	水	木	金
午	診療時間 9:00~ <mark>10:00</mark>					松 島
前	往診 10:00~11:00	_	-	_	_	島
午	診療時間 13:30~14:15	増	_	_		_
後	往診 14:15~15:00	井				

○往診のない日は引き続き診察します。 往診時間に大杉谷診療所を受診希望の方は お電話にてご連絡ください。

報徳診療所 : 0598-76-1133

大杉谷診療所: 0598-78-3021