



しろうさぎ

S H I R O U S A G I



SPORTS MEDICINE



特集 Special Issue 『スポーツ診療』

📎 病院長就任のご挨拶 病院長 椎名 浩昭

📎 インタビュー

- スポーツ診療の特徴..... 整形外科 助教 門脇 俊
- スポーツリハビリテーションとは..... リハビリテーション部 理学療法士 川本 晃平

📎 島大病院リハビリテーション部紹介

Contents

- *Professor ~どんな先生?~
- *まるわかり看護部
- *私のここだけの話
- *病院紹介
- *イベントなどのお知らせ
- *しまだい病院のキラ☆めき!

島根大学医学部 附属病院長就任にあたって



しい な ひろ あき
椎名 浩昭



この度、4月1日付で島根大学医学部附属病院長を拝命いたしました椎名浩昭です。私は1985年に島根医科大学を卒業し、当院の泌尿器科学教室に入局しました。以降、隠岐病院に赴任した1年3ヶ月を除き、島根医科大学あるいは島根大学医学部の職員として泌尿器科領域の基礎的研究とともに泌尿器科診療の研鑽を重ねました。2012年から泌尿器科教授となり、副医学部長2年6ヶ月、副病院長1年6ヶ月の職務を兼任し微力ながら島根県の医療向上に努めてまいりました。

私が入学した1979年当時は附属病院さえ建設されておらず、出雲市駅の南側からみると、田んぼの中に茶色の基礎研究棟のみが高く聳えたつ、そんな長閑な風景でした。あれから40年以上経過した現在、窓外から見る光景は大きく変わりました。諸先輩方の尽力により病棟再開発後に生まれ変わった島根大学附属病院では、その理念「地域医療と先進医療が調和する大学病院」を遂行すべく、地域とより密着した医療提供体制を着々と整備・構築しています。

今後は総合周産期母子医療センターを核として、島根県の周産期医療の機能分化と連携を発展させ、一方、高齢化に伴い増加する脳卒中に対しては、高度脳卒中センターを介して迅速に対応可能な医療提供体制の構築に取り組んでいきます。研究面では、再生医療センターを中心に、再生医療に関する基礎医学系部門との共同研究を発展させ、基礎と臨床のシームレスな関係を維持し、基礎研究で得られた知見を実際の臨床に還元することで、附属病院の役割を充実させ、活性化を図りたいと思います。さらに、都道府県がん診療連携拠点病院として、高度化するがんの診断・治療に対応することも当院の責務で、その一環として高機能放射線治療施設整備計画を推進するところです。

附属病院を取り巻く医療環境はここ1年で大きく変化しています。Withコロナにあっては、様々に変化する医療には適正に対処し、的確に順応することが求められます。職員全体で患者さんのために何ができるか、何をしなければならないかを考え、一致団結して方向性を見誤ることなく島根県の医療を守らなければなりません。そのためには様々な工夫を加味しながら、大学病院としてあるべき姿を議論しつつ、機能強化の観点から改革しなければならないと感じています。診療科の枠を超えた横断的・柔軟的な診療体制を構築することで、大学病院の有する総合力を集約し発揮するよう努めてまいります。

浅学菲才の身ではございますが、病院長として精一杯尽力する所存でございますので、何卒ご支援ご指導を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

スポーツ医、スポーツリハビリテーションなど、アスリートのサポートに特化した医療をご存知ですか？
島大病院では、あらゆるスポーツにおける傷害の治療から、競技への早期復帰、パフォーマンスの向上、怪我の予防まで、幅広いサポートをするために、多職種によるチームを形成しスポーツ選手の診療にあたる体制を構築しています。

スポーツ診療の特徴は？

整形外科 助教

かど わき まさる
門脇 俊



スポーツによって引き起こされる外傷や障害のことをスポーツ傷害と呼びます。

- 外傷…捻挫、骨折、靭帯損傷など一度で起こる、いわゆる急性のケガ
- 障害…繰り返しのストレスや、使い過ぎによって引き起こされる慢性的な障害

スポーツ医という言葉聞いたことがありますか？

たとえば、整形外科にはスポーツ整形外科という領域があり、当院にもスポーツ医の資格を持つ医師が在籍しています。

一般的な整形外科の診療では、損傷した解剖学的構造物を修復することが目的となります。すなわち骨折や靭帯損傷に対してギブスで固定したり、必要に応じて手術をしたりして治療していきます。ただし損傷が修復できたとしても安静期間のうちに筋力や持久力が低下してしまえばスポーツに復帰することはできません。そこでスポーツ整形外科医による診療では、怪我を治すのはもちろんのこと、スポーツ復帰を目指してパフォーマンスを元に戻すことを目的として

います。はやく復帰したいというスポーツ選手の気持ちに寄り添い、復帰するためにはどうしたらいいかを第一に考え、最も適した治療方法を選択します。また、スポーツ診療において、早期の復帰、怪我を繰り返さない、パフォーマンスを向上させるためのリハビリテーション（アスレティックリハビリテーション）が、とても重要です。

スポーツに起因する傷害には必ず原因があります。その原因は、筋力不足や体の硬さ、フォームが悪いことなど様々ですが、競技に復帰できても、原因が改善されていなければ、同じ怪我を繰り返してしまいます。患者さんのフォーム、関節の動き方などを観察し原因を探ることも、スポーツ医あるいは、スポーツリハビリテーションに携わる理学療法士が得意としています。

○院外での取り組み

「野球肘」の早期発見・予防のため、出前検診を行ったり、指導者・保護者に対して成長期に起こりやすい傷害や部活動での怪我を防ぐための講義を行ったりしています。

スポーツリハビリテーションとは？

リハビリテーション部 理学療法士

かわ もと こう へい
川本 晃平



怪我や手術をしてから日常生活に支障のない水準までの回復を目指すリハビリをメディカルリハビリテーションといいます。しかし、スポーツ選手が競技に復帰するには、これだけでは不十分のため、スポーツリハビリテーションあるいはアスレティックリハビリテーションと呼ばれる、スポーツ復帰を目的としたリハビリを継続して行います。筋力や柔軟性はもちろん、全身持久力や俊敏性など身体機能面の向上や、正しい動作姿勢や体の向き、使い方、再び受傷しないための動きを修得するためのものです。

患者さんによって専門競技は様々ですので、サッカーであればキック動作、バスケットボールであればジャンプ動作や

素早い切り返し動作など、それぞれの競技にあわせてリハビリの内容は異なります。理学療法士は、それぞれの患者さんにあったリハビリメニューを院内だけでなくご自宅や部活動でも実施できるよう工夫をして考えています。

当院リハビリテーション部には、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーをはじめより高度なスポーツ診療を専門とする認定理学療法士（スポーツ理学療法）などの資格を保有した理学療法士が多数在籍しています。また、実際にスポーツ現場に赴き、トレーニングやテーピング、栄養指導を行うこともあります。

リハビリの様子



膝の靭帯損傷の手術後、バスケットボールへの競技復帰に向けたリハビリテーションに取り組む選手

(左) ドリブルをしながらのターン動作の練習。マーカー手前でしっかりと減速し、スムーズに方向転換ができること、特に手術をした脚でターン動作をする際は不良姿勢をとらないように注意しながら実施しています。(中) フォワードランジ、(右) 片脚スクワットのトレーニング。どちらも不良姿勢をとらないように鏡で姿勢を確認しながら行っています。

➤ **スポーツ外来を開設しました！**

◆ **スポーツ外来とは？**

現代の医学は専門性、独自性が高まっており、整形外科の中でも膝、股、肩、脊椎といった関節や部位ごとに専門に分かれ、当院でもそれぞれの専門医が診療を行っています。スポーツに起因する障害や外傷（スポーツ傷害）についても、たとえば膝靭帯損傷であれば膝専門外来、野球肘であれば上肢専門外来で対応します。しかしスポーツ傷害の治療の目標は損傷部位の治療はもちろんですが、スポーツへの復帰、そして高いパフォーマンスの獲得であるはずですが、したがって損傷した部分のみならず、全身の身体機能、栄養状態、精神状態といった総合的なケアが求められます。

スポーツ外来ではスポーツ診療に精通した整形外科専門医、理学療法士、アスレティックトレーナーが協力してスポーツへの復帰、パフォーマンスの向上をお手伝いします。スポーツに関わるケガ全般の患者さんを対象としておりますが、手術をはじめ専門的な治療が必要と判断した場合は当該部位の専門医による診療へと引き継ぎます。

診療日：月曜日午後 水曜日午後（予約制）

予約方法：かかりつけの病院で紹介状をもらい、当院地域医療連携センターで予約を取得してください。

島大病院リハビリテーション部

リハビリテーション部には、様々な職種のスタッフが在籍しています。それぞれの職種の役割をご紹介します。

リハビリテーション科医

主治医が患者さんに薬を処方するように、リハビリの開始前に、リハビリテーション科医は患者さんの状態を確認し、リハビリの方針や内容について各職種に処方します。また、実施中の安全管理や全体の指揮をとります。



理学療法士

(PT : Physical Therapist)

けがや病気によって体に不自由さがある患者さんに対して、生きるために最低限必要とされるような呼吸、循環機能の回復や、座る、立つ、歩くなどの基本的動作能力の回復などの支援を主な専門としています。対象も新生児から高齢者、重度障害からスポーツ選手まで幅広いのが特徴です。



作業療法士

(OT : Occupational Therapist)

「その人らしい生活の回復・質の向上」を中心に、発展的な動作能力の回復を支援することを主な専門としています。例えば、食事や更衣、トイレ、入浴等の日常の身のまわりの動作の練習、家事や交通機関の利用など生活に関連する様々な動作、仕事の復帰を目指した動作の練習などを行っています。



言語聴覚士

(ST : Speech-Language-Hearing Therapist)

聴覚障害、言語障害などを代表とするコミュニケーションの問題を抱えた方や、嚥下（飲み込み）障害により食事に困難が生じた方に対するリハビリテーションを行っています。



救命から社会復帰までをサポートします

ICUなどでのリハビリからスタートし、退院前に患者さんのご自宅、あるいは職場、学校を訪問し、日常への復帰、退院後の生活がしやすいように福祉用具の導入や住宅改修のアドバイスをすることも療法士の仕事の一つです。

療法士長より「未来をカタチに」

えぐさのりまさ 療法士長 江草典政

リハビリを開始される患者さんには、突然の病気や怪我により、「この先どうしよう」と不安な気持ちの方が多くおられます。リハビリを進めていくうちに、自分の目指していたことが少しずつできるようになることで、不安が和らぎ、「この先もやっていけるかも！」と自分の進む未来に前向きな気持ちになってもらえることを最も大切にして仕事をしようと「未来をカタチに」というスローガンのもとスタッフ一同日々取り組んでいます。



～どんな先生?～ Professor

島根大学病院に所属する教授の人柄、専門分野などを紹介するコーナーです。



島根県の難病診療の拠点として

難病総合治療センター／こうげんびょう膠原病内科 むらかわ村川 ようこ洋子

2020年4月より難病総合治療センター教授に就任しました。難病疾患は、あらゆる診療科に関係します。それらの専門診療科、看護部、リハビリテーション科、薬剤部、相談部門（医療サービス課）、そして診断のためには欠かせない検査部と一緒に難病患者さんの診療にあたっています。島大附属病院は島根県の難病医療拠点病院に指定されています。診断が難しい稀な疾患の場合は国の機関と連携してできる限り診断に導くようにいたします。難病の療養生活が必要な方は県や市町村と連携を取って支援していくシステムが構築されています。相談事があれば、医療サービス課窓口にお越し下さい。就職のことなどもハローワークと連携しています。

私自身は難病指定疾患（特定疾患）の多い膠原病を専門としています。当院の膠原病の患者さんや膠原病友の会の会員の方とは長いお付き合いの方もいらっしゃると思います。そう、難病患者さんは病気と長く“お付き合い”していく必要があります。拠点病院として、各機関と連携し、1人1人を支援していくようにしてまいりますのでよろしくお願いいたします。



「腫瘍内科」をご存じでしょうか？

先端がん治療センター／たむら腫瘍内科 けんじ田村 研治

私は、2020年6月1日より先端がん治療センターの教授に就任し、2021年2月1日より「腫瘍内科」の診療科長を拝命いたしました。

「腫瘍内科」という言葉を、まだ、聞きなれない方も多いのではないのでしょうか？
現在のがん治療は、「手術療法」、「放射線療法」、「がん薬物療法」の3つを、がんの種類や進行度に応じて、単独、もしくは組み合わせで行うことが標準的です。近年の「がん薬物療法」の進歩はめざましく、従来の「抗がん剤治療」や「内分泌治療」に加えて、がんに関連する分子を攻撃する「分子標的薬剤」、個々のがんの特徴的な遺伝子の異常を調べそれに対応した薬剤を用いて治療する「がんゲノム医療」、あるいは、免疫に関係する物質に作用して自己免疫力を高めて治療する「免疫療法」などが、次々に承認されています。一方、これら最新の「がん薬物療法」を用いて、投与量やその組み合わせにより、効果を高め、副作用を少なくするためには、消化器、呼吸器、乳腺など臓器別の診療科の医師だけでなく、「がん薬物療法」に詳しい「腫瘍内科」の医師が共同、協力して治療にあたる場面が増えてきました。「腫瘍内科」の医師とは、「抗がん剤治療に詳しいお医者さん」という感じでしょうか？

抗がん剤治療はいろんな場面で用いられます。手術を行う前後や、放射線と併用する場合、あるいは、病気の広がり比較的大きい方に、進行を抑えるために投与する場合があります。年齢も若い方からご高齢の方まで様々です。いずれにしても、現在の仕事や生活への影響をできるだけ少なくし、がん治療中の「生活の質」を維持することが重要です。そのためには、患者さんの仕事や日常のこと、治療や人生に対するお考えについても伺うことがあります。又、島根県のがん医療の向上にも努めていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



まるわかり看護部

★MARUWAKARI・KANGOBU★

島根大学病院看護部は、30以上もの部署があります。それぞれの部署はどのような役割を担っているのでしょうか。このコーナーでは、当院看護部についてまるっとお届けします。

A病棟5階 看護師長 ^{たかた}高田 ^{かよ}佳世

A病棟5階は、脳神経内科、泌尿器科を主とし、脳卒中と難病の方が多く入院される病棟です。看護師は、患者さんの身体機能の回復と維持、後遺症と病気の進行、それらを重ね合わせながら看護を行っています。運動と食事のリハビリなどの退院支援を行い、転院や自宅への退院をめざしています。また、患者さんが地域で生活できるように患者さんご自身が出来ることを大事にして、看護師はペアで協力し、体位変換や清潔ケアなどの日常生活動作の援助を行い在宅につなげています。そのような中で、患者さんの回復に気付かせていただく時と、転院や退院を見送る時には格別な気持ちになります。また、日々の業務を行いながら、夜勤の夜明けに見る美しい朝陽と、神門川方面に沈む茜色の夕陽は、心のオアシスになっています。



C病棟6階・小児科外来・臨床遺伝診療部 ^{ながた}永田 ^{りか}里佳 看護師長



C病棟6階は、小児病棟です。対象となる科は小児科だけではなく、小児外科・小児心臓血管外科はもちろん、全科の赤ちゃんから15歳未満の患者さんが入院されています。子どもの病気に対する治療だけではなく、苦痛を伴う検査や処置への介入や、季節を感じる行事や闘病意欲を高めるイベントの工夫、家族の生活が成り立つように配慮するなど、保育士2名、チャイルド・ライフ・スペシャリスト1名の専門職と協働して支援するよう努めています。病棟内には、小学校と中学校の院内学級、プレイルーム、AYAルームなど、入院中でも同世代の子たちとつながりができる大切な場所もあります。

小児科外来は病棟と一元化しており、入院前や退院後も連携を図り、継続看護に努めています。臨床遺伝診療部では、遺伝性疾患や遺伝に関連した悩みを持つ方々の支援をさせていただいております。



私のここだけの話

「折り紙」

^{ふくなが}福永 ^{しょうへい}昇平
腎臓内科 助教

うちの長男は最近折り紙にはまっています。やっこさんや鶴といった一般的なものから、自己流で色々なものを作成して遊んでいます。

折り紙は供物や贈り物の包みを美しく折って飾り始めたのが始まりのようです。江戸時代に入り紙の生産量が増え、現在の折り紙の形になり、現在でも皆に楽しまれています。

実は培養細胞を折り紙の技法を用いて3次元構築する方法があります。その名も「Cell Origami」といいます。細胞の足場をマイクロプレートで作成し、そのプレートを折り紙のように折り畳むことで、細胞を用いて3次元立体を作成します。江戸時代に生まれた遊びの「折り紙」が現代の科学に応用されていることは非常に興味深いものです。

また折り紙は手先のトレーニングや空間認知能力を鍛えることができるようです。私も手先が衰えないように息子と一緒に折り紙を楽しんでいます。





病院紹介

臨床研究センター

臨床研究センター 教授 **おおの さとし 大野 智**

「臨床試験」と聞いて、どのようなことをイメージしますか？もしかすると効果や毒性もわからない薬物を患者に無理やり投与するおどろおどろしい人体実験を思い浮かべた人がいるかもしれません。ですが、それは全くの誤解です。

臨床試験と人体実験の違いとして、重要なポイントが3つあります。

- ①目的や方法が適切か？
- ②倫理委員会の承認が得られているか？
- ③患者さんから同意が得られているか？



特に皆さんに知っておいてもらいたいのが3番目の同意取得プロセスです。臨床試験の場合、研究的な側面があるため、協力いただく方の自己決定権・自律性の尊重を確保するため非常に重要なプロセスになります。なお、臨床試験に参加しない判断をしたとしても、一旦参加を同意したものの途中で取り消したとしても、患者さんに不利益が生じることはありません。

臨床研究センターでは、臨床試験に参加いただく患者さんの権利を守りながら、未来の患者さんにより良い薬を届けるという社会的貢献に寄与できるよう支援事業に取り組んでいます。今後も臨床試験への、ご理解とご協力を賜りますよう、この場を借りてお願い申し上げます。

イベントなどのお知らせ

島大病院 ちょっと気になる健康講座

新型コロナウイルス感染症対策の観点から、毎週木曜日11時00分～院内ロビーで開催しております「ちょっと気になる健康講座」を当面の間休止しております。休止期間中は動画でお楽しみください。

島大病院 ちょっと気になる健康講座 放送予定（出雲ケーブルビジョン）

2021年4月放送予定

栄養治療室 栄養士長 平井 順子
放送内容：「食生活のススメ」

島大病院 **ちょっと気になる健康講座**

Shimane University Hospital Lectures on Health



お手持ちの携帯電話・スマートフォンからご覧いただけます。



新刊紹介

Shimane University Hospital

島大病院が本気で考えたレシピ

Special Recipe Book

保存版 **100**

島根大学医学部附属病院

「おいしい」という喜びには、計り知れない力がある。からだにやさしい、こころもおいしく満たされるレシピを集めました。



AB判／96ページ／オールカラー 定価 **1,650円**
ISBN 978-4-86611-230-5 発売：今井出版（本体1,500円＋税10%）

※内容は変更になる場合があります。

島根大学医学部附属病院で入院患者さんに提供している病院食の中から厳選した100のレシピをご紹介します

しまだい病院の キラ☆めき!



島根大学病院でキラキラ輝きながら、めきめきと実力をつけている若手医療職員を紹介します。

皆様に信頼される医療を提供するため、今日も笑顔で、真剣に仕事に取り組んでいます。



A病棟6階 看護師 おか 岡 ひかる

私が勤務するA病棟6階では循環器・呼吸器疾患の患者さんの看護を行っています。就職をして2年目になりました。患者さんに寄り添い、個性のある看護が提供できるように心がけています。私は患者さんが1日でも早く日常生活が送れるように退院指導に力を入れています。患者さんが笑顔で退院される姿を見ると看護師としてのやりがいを感じます。まだまだ未熟ですが、先輩の指導を受け、日々成長し、患者さんから信頼される看護師を目指して頑張りたいです。

集中治療部 看護師 さとう たつや 佐藤 達也

集中治療部に配属され11年目を迎えました。集中治療室は、多職種の医療スタッフと連携し、手術後や緊急入院の患者さんを受け入れ、重症患者の治療、集中治療室から退院に向けた早期リハビリテーションに力を入れています。現在、コロナ禍で家族の面会ができず患者さん・ご家族の不安も強いと思いますが、安心して治療を受けられるように、看護の提供とご家族のサポートをしていきます。

また、私は昨年度、集中ケア認定看護師の資格を取得しました。認定看護師1年目としてクリティカルケア領域の医療の向上に努め、地域、組織に貢献できるよう努力していきたいと思っています。



小児科 病棟保育士 おがわ こづえ 尾川 梢

私は保育士として15年間働いており、うち6年は病棟保育士として当院で勤務しています。保育を愛し、多くの子どもたちに保育を提供してきました。保育士の中には病棟保育という分野があり、島根県においては、当院で働いている2名しかいません。全国的にも少なく、是非、この機会に皆さんに知っていただきたいと思っています。病棟保育士は、入院している子どもたちに遊びを提供します。限られた生活空間でも子どもは遊びを通して成長することができます。また、付き添い者への支援も行っています。入浴や食事、休息中などに子どもから離れて過ごす時間を設けています。育児相談も行っており、保育士の視点からアドバイスをしています。

子どもたちは、一人ひとりその子なりに成長をしています。元気になって笑って退院できるその日まで、子どもたちの持っている全ての力が発揮できるよう、これからも遊びを提供していきたいと思っています。

編集後記

この冬はコロナや雪の影響で家で過ごす時間が多かったような気がしますが、温かな春の陽気に誘われて体を動かしたくなる季節になりました。今回は、スポーツ診療についての特集でした。小・中学校では、バレー、バドミントンをしていましたが、怪我をしても痛みがなくなると治ったつもりになって放っておくこともありました。今回お話を聞いて、怪我を繰り返さないためには怪我の治療だけではなく、自分の動き方の癖や体のかたさなど原因を知り直していくことも大切なのだと知りました。

次号は7月発刊予定です。



【編集者より】

島根大学医学部附属病院広報誌

しろうさぎ
についてのお問い合わせ先

(このQRコードで携帯から島根大学病院ホームページが見られます！)

医学部総務課 企画調査係 広報担当

☎ 0853-20-2019

✉ mga-kikaku@office.shimane-u.ac.jp

🌐 <https://www.med.shimane-u.ac.jp/hospital/>

