

「腰椎圧迫骨折」 早めに治療を



総合診療科医師
日野 瑛太

山香病院だより vol.85

初めまして、4月から山香病院に勤務している日野と申します。今回は、高齢者(特に女性の腰痛の原因として多い「腰椎圧迫骨折」)に関してお話しいたします。

びてしまう場合が多々ありますが、そのままにしておくこと1〜2週間程度で圧潰が進行すると言われていきます。進行すれば「偽関節」となり、痛みが長く続いて下肢の麻痺や排泄障害が生じる危険性があります。

経過中に骨粗鬆症の治療薬も開始します。

【開放期間】
7月19日〜8月31日(予定)
【利用できる日】
毎週月曜日
※7月21日は利用可、7月22日は利用できません。

【勤務場所】①B&G海洋センタープール 枅築市総合運動公園内 ②枅築市山香水泳プール(旧山香中学校前)
【業務】開館業務(受付・監視・清掃・管理)
【募集人員】若干名
【採用期間】開館期間中(7月中旬〜8月末)
【勤務日】月20日程度
【勤務時間】8時30分〜17時
【賃金】5400円/日
【応募資格】①18歳以上高校生除く ②健康で接客に適する人
【募集期間】7月1日(火)〜11日(金)
【応募に必要な書類】履歴書(持参または郵送)
【応募先】スポーツ振興課(枅築市文化体育館内)
※応募者多数の場合は、面接により決定。

■症状・特徴
転倒したり、畑仕事など腰に負荷のかかる日常動作などでよく発症しますが、約半数は発症原因が不明と言われています(つまり、軽い動作でも生じることがあります)。

■検査
レントゲン撮影で脊椎の圧潰を確認します。しかし古い圧迫骨折があると新規かどうかの判断が困難な場合があります。その場合、MRIにて新旧を区別することが大方可能です。(下図参照)

■治療
急性期はベッド上安静が第一であり、入院となる場合はほとんどです。安静にすることで骨折部の治癒が促進され、痛みは徐々に改善します。安静中はベッド上で手足運動のリハビリを行います。その後コルセットを作成・着用し離床・歩行リハビリを開始し、リハビリの目的が立てば退院の流れとなります。コルセットは2〜3か月着用することが多いです。

■さいごに
圧迫骨折は治療開始が早ければ早いほど予後は良好です(特に発症後3日以内)。

また圧迫骨折の危険因子として骨粗鬆症が挙げられますが、5月から当院で骨密度検査が受けられるようになりました。症状が思い当たる方、骨密度が気になる方はぜひご相談ください。



(写真上 1/3 の白く潰れている部分が新しい圧迫骨折と考えられます)

こわいおはなし読んでみる?

暑い夏だからこそ、ぶるるとしちゃう怖い本。たくさんあるよ。



『赤い本』 緑川聖司(ポプラ社)
新居の屋根裏で、『赤い本』という怪談を見つけたわたし。本を読み進むうちに、自分のまわりでも同じような恐怖が起こり始める…。



『まるごとおばけ』
まるばけプロジェクト21(草土文化)
おばけずかん・おばけあそび・おばけの工作からメイキャップ、きもだめしまで、まるごとおばけをあそんじゃう本。

子どもの特集

他多数

7月のカレンダー

		★			●	
		日	月	火	水	木
				1	2	3
	6	7	8	9	10	11
	13	14	15	16	17	18
	20	21	22	23	24	25
	27	28	29	30	31	

●…休館日
★…おはなし会
※大田図書館はすべての日曜日も休館です。

大人の特集

ひんやり。冷た〜くなりませんか?

梅雨も終わり、本格的な暑さがやってきます。食べて「ひんやり」読んで「冷た〜い」本はいかが?



『牛乳で作るアイスクリーム』
島本薫(文化出版局)
生クリームを使わず牛乳で作る「低脂肪アイス」をテーマに、季節のフルーツと野菜を使った種類豊富なシャーベットやアイスをご紹介します。



『怪談・骨董他』 小泉八雲(恒文社)
原話を江戸時代の通俗的な巷説本にかり、人間性に対する鋭い洞察と信念から生まれて独自の幻想的な文学に昇華した、小泉八雲晩年の名作のかずかず。

他多数



【枅築市立図書館】
TEL0978-62-4362
【山香図書館】
TEL0977-75-1055
【大田図書館】
TEL0978-52-3111
【市立図書館公式サイト】
http://www.ideastore-kitsuki.com/
【市立図書館携帯サイト】
https://ilisod001.apse.jp/kitsuki.city.library/wopc/pc/mSrv

新着本

★は児童書

- 【枅築図書館】
『池上彰のやさしい教養講座』
池上彰 著(日本経済新聞出版社)
『柳田国男』
(河出書房新社)
『みんなのおうちカレー』
柴田書店 編(柴田書店)
『図解でよくわかる農業のきほん』
坂本司 著(文藝春秋)
『ホリデー・イン』
柴田書店 編(柴田書店)
★『ながねぎきょうだい』
中川ひろたか 文(童心社)
★『あめあめばらん』
木坂涼 文(のら書店)
★『だるまさんかぞくうみへいく』
高橋和枝 作(教育画劇)
【山香図書室】
★『じてんしゃにのろう』
斉藤洋 作(講談社)
【大田図書室】
『かむさりやまのおまじない』
三浦しをん 原作(徳間書店)
ほか多数

今日のおはなし会

- 【枅築図書館】
*図書館おはなし会(毎月第1火・土曜日)
7月1日(火) 10時30分〜
7月5日(土) 10時30分〜
*おはなしくらぶ
7月19日(土) 10時30分〜
【山香図書室】
*図書館おはなし会
7月12日(土) 10時30分〜

学習室の利用について

夏休み期間中は視聴覚室を学習室として開放します。(7月末から8月)
図書館の行事がある日などは利用できませんので、ご利用の際は館内の日程表をご確認ください。