恵庭第一
ENIWADAIICHI NEWS
だより

2026年
第7号
発行 広報委員会

恵和会理念

○地域に密着した良質な医療の提供

○地域住民の健康を守る一助となる

INDEX

P2 | 変形性膝関節症とラジオ波治療（クーリーフ治療）
膝の痛みの新たな選択肢
P3 | MRI 検査とは / 足がつった！そんな時
P4 | 職員紹介 / 市民健康セミナー開催

社会医療法人 恵和会 恵庭第一病院 広報誌

予約は必要ありません

インフルエンザワクチン予防接種 始まりました



今年もインフルエンザの流行に備え、予防接種を開始しました。
インフルエンザの発症や重症化を防ぐためにも、ぜひ予防接種をご検討ください。
恵庭市高齢者定期接種については、当院ホームページ又は恵庭市ホームページをご覧ください。
ご質問等ございましたら、お気軽にお申し付けください。

社会医療法人恵和会 恵庭第一病院
代表電話（0123）34-1155

変形性膝関節症とラジオ波治療（クーリーフ治療）
膝の痛みの新たな選択肢

整形外科専門医・抗加齢学会専門医　鈴木慶亮

変形性膝関節症に対する新しい治療であるラジオ波治療（クーリーフ治療）を紹介します。手術を希望されない方や高齢・基礎疾患で手術ができない方にも効果的な治療として注目されています。

変形性膝関節症とは関節軟骨の変性・摩耗によって生じる膝関節の変性疾患です（図1）。初期症状としては膝の痛み・水腫（水がたまる）ことから生じ、症状が進むと膝の動きは制限されO脚変形となることが多いです。初期には立ち上がり、歩き初めに痛みが出現しますが、進行すると歩行時の痛み、夜間の痛みが出現し日常生活が不自由となります。

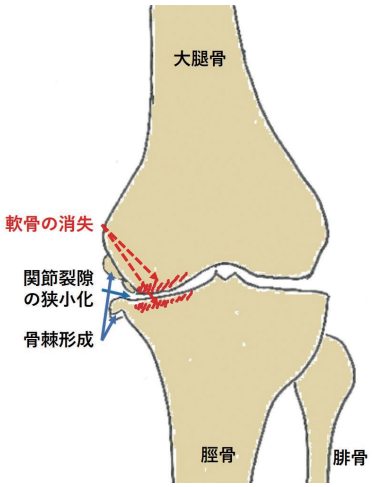


図１　変形性膝関節症

60歳以上の成人では40-60%程度の人が変形性膝関節症を有しているといわれており、整形外科領域では最も多い疾患の一つとなっています。膝関節を使うことで軟骨がすり減り関節が変形していきます。

初期の状態では内服薬・外用薬・ヒアルロン酸の関節内注射などの薬物療法、筋力訓練・可動域訓練などの理学療法、装具の着用などを行っていきます。しかし、残念ながら膝の変形や軟骨の状態を改善させる有効な薬剤がないため、症状が改善されなければ手術加療が必要となります。

進行した変形性膝関節症に対する手術加療は高位脛骨骨切り術、人工膝関節置換術などが一般的ですが、末期の膝の変形に対しては人工膝関節置換術が推奨されています。痛みをとるのに良い方法であると考えており、日常生活が膝の痛みにより障害されている状況であれば、人工膝関節置換術により日常生活が楽になり、旅行なども行えるようになる方もおり、良い治療であると考えております。（図2）

今までは手術を希望されない患者様に痛みをとる良い治療が今まではありませんでしたが、保険適応の治療としてラジオ波治療が開始されております（図2）。道内でも数件しかまだ採用されていない治療ですが、最新の治療として注目されています。イメージとしては切らずに痛みを和らげる手術となります。膝の変形自体を治すことは出来ませんが、痛みを感じる神経を弱らせることができ、痛みが平均で6−7割程度軽減することができます（図3）。実際に受けられた患者様も満足され、楽になったと喜ばれることが多いと感じております。膝の痛みで困っている方や手術を受けるか迷っている方など、お気軽に整形外科に受診をお願いいたします。

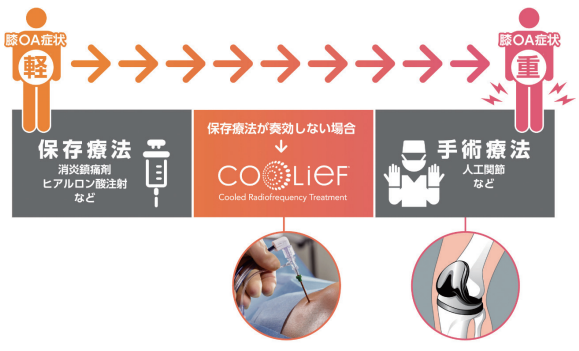
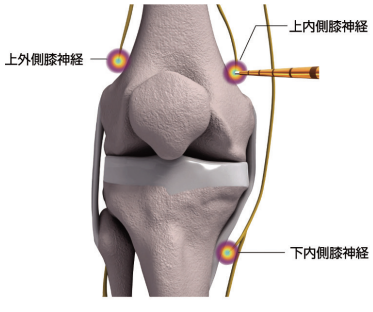


図２　変形性膝関節症の治療法



〈ターゲット〉

Coolief疼痛管理用高周波システムは、超音波エコー下で左図の3つの膝神経をターゲットに、変形性膝関節症に伴う疼痛治療を行います。

※診断用神経ブロックも同様のターゲットに対して行います。

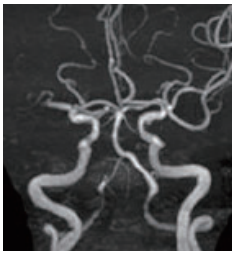


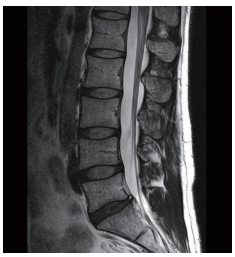
図３　末梢神経ラジオ波焼灼療法（クーリーフ）

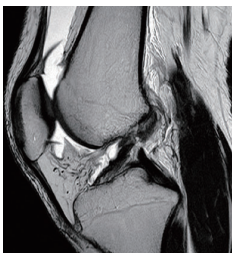
MRI検査











MRI検査とは？

MRIは、強い磁石と電波を使い、体内の状態を様々な角度から断面画像を映し出す検査です。また造影剤を使わずに血管を立体的に描き出し、血管の狭窄や動脈瘤などを調べる事も出来ます。

わかること

・脳梗塞や脳腫瘍
・頚椎・腰椎のヘルニアや神経圧迫
・膝や肩などの関節の靱帯や軟骨の損傷
・内臓や血管の異常

CTとの違い

見た目が似ているため違いが判りにくい方も多くいます。
CTはX線を使い短時間で撮影出来るのに対し、MRIは強力な磁石と電波を使うためやや時間がかかります。
それぞれ得意なこと、苦手なことがあるため、どちらか一方が優れているとは言えません。
最適な検査は、調べる部位や症状、病状により変わります。

足がつった時、どうすれば良い？



初めまして、恵庭第一病院リハビリテーション科です。皆さんは、寝ている時に急にふくらはぎが突っ張り痛みで目が覚めた経験はありますか?今回は、これから寒くなる季節に向けて筋肉がこわばりやすくなる為、こむら返りが起きた時の簡単な対処方法をお伝えします。

まず、足がつったら、急に力を入れず、ゆっくり伸ばすことが基本です。ふくらはぎならつま先をすね側までゆっくり向けると筋肉がゆるみやすいです。無理に立ったり強くもんだりせず、痛みが落ち着くまでゆっくり呼吸して下さい。反動をつけずに行うのがコツです。手が届きにくい場合、タオルを足裏にかけて引くやり方でも大丈夫です。

足がつる原因は、筋肉の疲れ・水分不足・冷え・筋肉の硬さ等で起こりやすいです。運動後や夜間に起きやすく、就寝前の軽いストレッチやこまめな水分補給が予防に役立つとされています。

予防のコツ

①寝る前にふくらはぎを軽く伸ばす
②日中に水分を少しずつとる
③冷えやすい日は足首周りを温める
④歩きすぎや運動後は休ませる



足のつりに加えて、強い腫れ、熱っぽさ、赤み、息切れがあるときは、単なるこわばり以外の事もあるので早めに相談が必要です。ぜひ参考にしてみてくださいね。



職員紹介

放射線科 科長 石岡 敦

放射線科は、一般撮影、CT、MRI、透視検査、骨密度検査、核医学検査、血管造影検査などの各種画像検査を通じて、正確な診断と適切な治療を支える重要な役割を担っています。チーム医療の一員として安全で質の高い医療の提供に努めています。

私たちは、「患者さまに安心して検査を受けていただくこと」を大切にしています。検査内容をわかりやすく説明し、不安や負担を少しでも軽減できるよう、一人ひとりに寄り添った対応を心掛けています。

さらに、医療機器の適切な管理や放射線防護を徹底するとともに、日々進歩する医療技術に対応できるよう知識・技術の研鑽を重ねています。

今後も、患者さんに信頼され、院内各部門から必要とされる放射線科を目指し、安全・安心で質の高い医療の提供に貢献してまいります。



市民健康セミナー



「息切れと呼吸リハビリ」をテーマに市民向けセミナーを開催しました



8月22日、緑と語らいの広場えにあすにて、「息切れと呼吸リハビリ」をテーマに市民健康セミナーを開催しました。

今回のセミナーでは、当院内科医である西澤医師とリハビリテーション科の河島による対談形式で行われ、「息切れはなぜ起こるの?」「呼吸リハビリってどんなことをするの?」など、日頃感じている疑問について分かりやすくお話ししました。

身近な「息切れ」を入り口に、呼吸器の病気との関わりや、無理なく体を動かすことの大切さ、日常生活でできる工夫などについてご紹介。参加された皆さんは、講師の話に熱心に耳を傾けていました。

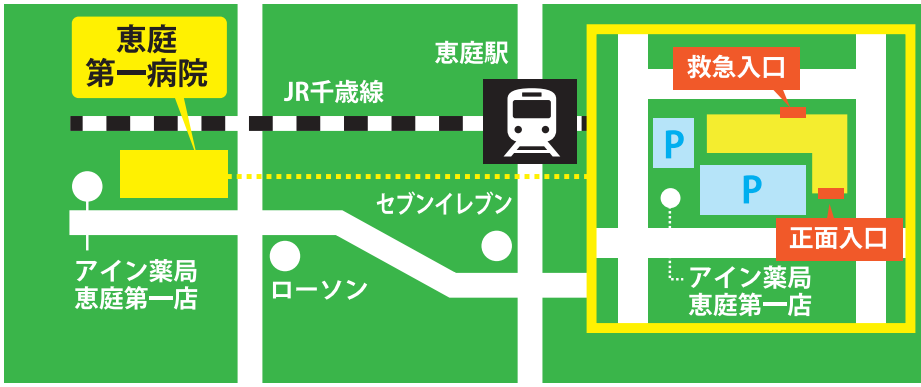
講演後には質問も寄せられ、息切れや呼吸リハビリについて理解を深める機会となりました。

これからも、健康や病気について気軽に学んでいただける機会をお届けしていきます。









社会医療法人 恵和会
恵庭第一病院

〒061-1447
恵庭市福住町1丁目6番6
TEL 0123-34-1155
FAX 0123-32-5740