

ほほえみ



Vol.67

生活習慣病としての骨粗鬆症

循環器内科(血管内治療科) 部長 西堀 祥晴

循環器内科医が骨粗鬆症の話、というと意外に思われるかもしれませんが。しかし、循環器疾患と骨、骨粗鬆症には深い関係があります。

骨から溶けだしたカルシウムが血管に沈着し石灰化を生じることが、今から50年前、既に「カルシウム・パラドックス」として報告されています。最近ではこれを「骨・血管連関」と呼ばれるようになりましたが、その詳細な機序はまだ明らかになっていません。こうして生じた血管の石灰化は心臓のカテーテル治療(PCI)や四肢の動脈の病気に対する血管内治療(EVT)の手技成功率や退院後の病状を悪化させることが知られています。また、骨粗鬆症があると、心血管疾患を生じるリスクが3.5倍になるという報告があり、高血圧症の2.6倍や脂質異常症の1.9倍よりも高いリスクです。

また最近、人口の高齢化により心不全患者が急増しており、このことは心不全パンデミック(大流行)と呼ばれ、大きな問題となっています。この心不全も骨粗鬆症と深い関係があります。骨の強さの指標に骨密度というのがあります。骨密度の高いグループの方が、心不全の発症率が低いとの報告があり、逆に心不全があると骨折リスクが6倍になるという報告もあります。現在、本邦の骨粗鬆症患者数は1,280万人、もしくはそれ以上と言われ、国民の10人に1人にあたります。そして骨粗鬆症をベースにした「転倒・骨折」は、介護が必要となる大きな原因となっています。

骨粗鬆症診療の最大の問題点は、適切な治療を受けている患者さんの割合が低いことです。正確な統計はありませんが、本邦の骨粗鬆症患者のうち、治療を受けているのは20～30%程度と言われ、10年前から大きな改善は認めません。骨粗鬆症患者のほとんどは無症候であることから、自分から骨の精査を求め医療機関を受診することは多くありません。そういった患者さんでも、高血圧などの生活習慣病で医療機関には通院しているものです。欧米では、骨粗鬆症を家庭医や一般内科医と呼ばれる医師が診療するようになり、骨折発生数が減少したとの報告があります。本邦においても、これからは生活習慣病診療に従事する内科系医師がもっと積極的に骨粗鬆症診療に取り組む必要があると思われます。骨粗鬆症と高血圧などの生活習慣病には多くの共通点があります(図1)。また20年前と違い、確実に骨折を予防できる薬ができました。それらの骨折予防効果は脂質異常症に用いるスタチン製剤の心血管予防効果と遜色ありません。

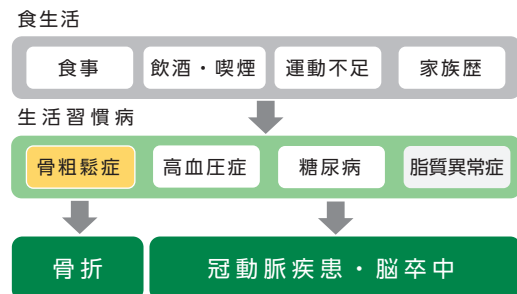
骨粗鬆症による脆弱性骨折には、手首(橈骨遠位端)、肩(上腕骨近位部)、背骨(椎体骨)、足の付け根(大腿骨近位部)の4カ所があります。またそれぞれに好発年齢があります。50歳代から橈骨遠位端骨折と上腕骨近位部骨折が、60歳代から椎体骨折が、70歳代から大腿骨近位部骨折が増加します。この大腿骨近位部骨折は、寝たきり、要介護の原因となり、骨

図1. 骨粗鬆症と生活習慣病の比較

	骨粗鬆症	生活習慣病
既往歴	関係あり	関係あり
家族歴	関係あり	関係あり
食事	塩分, 低Caなど	塩分, 糖分, 脂質
嗜好	喫煙, 飲酒	喫煙
運動不足	関係あり	関係あり
検査	X線, 血液検査, 骨密度	X線, 血液検査, 血圧
治療	注射, 内服, 運動	注射, 内服, 運動

共通点が多いことから生活習慣病診療の延長で骨粗鬆症診療は可能と思われる

図2. 生活習慣病としての骨粗鬆症



高齢化社会では 骨粗鬆症を高血圧, 糖尿病, 脂質異常症と同じ位置づけで診療を

折後1年で20～25%の方が、5年で50%の方が亡くなると報告される予後不良の骨折です。40歳以上の女性において、全国市町村の中で兵庫県が大腿骨近位部骨折の発生率が最も高い県(ワーストワン)と報告されました。骨粗鬆症による脆弱性骨折は繰り返すことが知られ、このことは「骨折の連鎖」と呼ばれています。最初から、すべての骨粗鬆症患者を治療するのは難しい話です。まずは骨粗鬆症を生活習慣病のひとつとしてとらえ(図2)、背骨の圧迫骨折や大腿骨近位部骨折の既往のある患者さんの骨折再発予防から始めていこうと考えております。本年4月に新しく骨密度の機械が導入されました(図3)。骨粗鬆症の不安のある方は、かかりつけの先生にご相談されるか、当院の循環器内科外来をお尋ねください。



図3

新

理事長コラム

フォーチュンクッキーが伝える 「心が変われば運命が変わる」

理事長 田中 二郎

One of the greatest discoveries is that a human being can alter his life by altering his attitudes of mind. (最大の発見の1つは、人は心の態度を変えることによって人生を変えることができるということである) これはサンフランシスコの中華料理店でのフォーチュンクッキーに見た言葉です。これと似た言葉が元プロ野球選手の松井秀喜さんに星稜高校時代の恩師、山下智茂監督により室内練習場の額の中で伝えられたそうです。

「心が変われば行動が変わる。行動が変われば習慣が変わる。習慣が変われば人格が変わる。人格が変われば運命が変わる」

先日、中国の南京で開催されたバドミントンの世界選手権で日本勢が大活躍しましたが、その中で男子シングルス日本勢初優勝を果たした桃田賢斗選手(24歳)。2年前、当時世界ランキング2位だった桃田選手は、違法賭博問題により無期限の出場停止処分を受け、今年代表に復帰したばかりです。

この間、一事務職員として仕事に励みながら、地道なトレーニングに取り組み、被災地の子供たちとの交流にも汗を流したそうです。処分を「人として成長させてくれる時間」と受け止め、「コート外での言動や立ち居振る舞いで、手本となる選手になりたい」と願ってもいるそうです。そして、東京五輪優勝候補の最右翼に躍り出た桃田選手。

冒頭のフォーチュンクッキーが伝えるところは「私たちは人生において何があっても最後まであきらめず、前を向いて明るく自分の心を奮い立たせることができる」。それこそが、与えられた人生を良いものだった、と最後の最後の瞬間に思うことができる道であろうと思う今日この頃であります。



まちの保健室のご案内

慢性疾患看護専門看護師 辻野 美樹

生徒の相談や癒しの場として機能を果たしている「学校の保健室」のように、心や身体についての様々な不安や問題を誰でも看護職に気軽に相談できる「場」があります。それがまちの保健室です。ご存知でしょうか？ 当院でも年4回開催しています。まちの保健室では骨密度や血管年齢、体組成計、血圧などの測定、健康相談を行っています。測定結果を通して身体の状況や生活について確認したり、改善できそうなところはないか一緒に考えます。予約もいらず費用も無料、どなたでも参加できますのでお気軽にお越しください。

ピンクの旗が目印です。今回は院内クリスマス会(12月)の時に開催します。

生活は長年の積み重ねであり、何気ない毎日でも、それぞれの考え方や思いが詰まっており大切な意味があるものだと思います。自分のためであっても習慣を変えることや定期的に通院すること、欠かさず薬を飲むこと、時間の調整、金銭的な負担など大変だと思います。みなさまのそんな苦勞を理解し、安心して病気と向き合ったり、付き合ったりできるよう、お力になりたいと思っていますので、受診の際、何かあればお声をかけてください。



※まちの保健室は兵庫県看護協会が主催しています

専門外来が
さらに
充実しました

7月より乳腺外来の診察日を追加しております。
また、不整脈の診断と治療を目的とした不整脈外来を新たに開設しました。

乳腺外来 診察日：火曜日午前
診察室：外科外来
担当医：神戸大学 乳腺内分泌外科 教授
谷野 裕一

不整脈外来 診察日：第1・3・5金曜日午前
診察室：循環器外来
担当医：循環器内科 医長
高橋 怜嗣

予約方法

- かかりつけ医をお持ちの患者さんはかかりつけの先生にご相談ください。医療機関からのご予約は地域医療連携室 (tel : 078-511-3133, fax : 078-511-3297) にお申し込みください。
- その他の患者さんは、乳腺外来は外科外来へ、不整脈外来は循環器内科までお尋ねください。





新入職医師のご紹介



循環器内科医長

芳川 史嗣(よしかわ ふみつぐ)

専門分野：循環器内科一般

趣味：合気道

みなさん、はじめまして。あらゆる患者さんに迅速かつ安全に標準的な治療を提供していきたいと思えます。よろしくお願ひ致します。



歯科口腔外科医員

米澤 奈津季(よねざわ なつき)

専門分野：口腔外科

趣味：クラシックバレエ

7月より川崎病院で勤務することになりました。あたたかみがあり、安心できる治療を心がけていますので、お口の中でお困りのことがございましたら何でもご相談ください。

高校生向け体験会を開催しました

8月4日(土)の午後に医療系大学等への進学を希望している高校生を対象にした病院体験会を開催し、近隣の高校より9名の学生が参加してくれました。

この体験会は医療職を希望する学生さんに実際の業務に近い体験をしてもらい、将来の職業観の醸成に役立ててもらうことを目的としています。今回は脳梗塞を疑われる患者さんが救急搬送され、受け入れから検査、診断、投薬、入院に至るまでの一連の流れを体験してもらいました(当企画は疑似体験であり、医療法で禁止されている行為は実施しておりません)。なお、参加者からは次のような感想をいただきました。

- 体験会を通じて自分自身が薬剤師になりたいのだと再確認できた。
- 初めて医療の現場に足を踏み入れることができ、将来自分もここに立ちたいと思った。
- 自分が想像していた仕事内容と少し違うものがあった。
- 医療関係と言っても多くの職種があり、その中で自分に合うものを選ぶことが大切だと思えた。



川崎病院では地域に根付いた医療機関として、今後もさまざまな形で地域に貢献してまいります。暑い中、参加していただいたみなさまありがとうございました。

第5回心不全カンファレンスを開催しました



6月14日(木)に5回目となる心不全カンファレンスを開催しました。今回は認知症患者の心不全について2部構成で行われました。

第1部では、当院西館3階病棟の看護師が在宅調整や在宅管理が困難であった2症例について発表しました。認知症があり心不全を患っている患者さんの看護をする上で、入退院を繰り返さないためには自宅での過ごし方が重要であることを報告しました。第2部では、当院総合診療科の松田部長から認知症の患者さんの関わり方、技術などの講演がありました。質疑応答では訪問看護師さんから質問を頂くなど、今回も大変有意義な意見交換ができました。ご参加いただきましたみなさまありがとうございました。

地域医療支援病院の認可を受けました

平成30年8月29日付で兵庫県知事から医療法に基づく「地域医療支援病院」の認可を兵庫区の医療機関ではじめて受けました。地域医療支援病院とは、患者さんに身近な地域で医療が提供されることが望ましいという観点から、紹介患者に対する医療提供等を通じて、かかりつけ医等を支援する能力を備え、地域医療の確保を図る病院として相応しい構造設備等を有するものとして都道府県知事が承認している病院です。認可を機に登録医の先生方はじめ地域の医療機関との医療連携を更に強化し、地域にお住まいのみなさまが安心して生活していただけるよう努めてまいります。

糖尿病（基礎・応用）講座のお知らせ（平成30年10月～平成30年12月開催）

【外来糖尿病教室基本コース】

外来糖尿病基本コースは、はじめて糖尿病と診断された方とご家族、糖尿病について基本から知りたい方、糖尿病境界型の方を対象にして開催しております（テーマごとに深く知りたい方は【糖尿病実践講座（外来糖尿病教室応用コース）】にご参加下さい）。

目的	糖尿病についての基本的知識の習得
内容	ビデオ鑑賞、糖尿病の講義、栄養の講義
場所	全コースとも西館4階 糖尿病教室
受講料	無料（テキスト代210円のみご負担下さい）

第271回	平成30年 10月 5日(金)	午後 1時30分～4時
第272回	平成30年 10月26日(金)	午後 1時30分～4時
第273回	平成30年 11月30日(金)	午後 1時30分～4時
第274回	平成30年 12月21日(金)	午後 1時30分～4時

【糖尿病実践講座（外来糖尿病教室応用コース）】

応用コースでは糖尿病について基礎知識のある方とそのご家族を対象に開催しております。

第102回 平成30年11月2日(金)

糖尿病食バイキング102：AGE（糖化反応後期生成物）を増やさない食事
講演：糖尿病と心不全

西澤管理栄養士
丸山循環器内科総括部長



申込方法

基本コース、応用コースともに東館1階の 内科外来にてお申し込み下さい。

※川崎病院糖尿病教室には川崎病院に通院していない患者さんも参加できます（診察不要）。

川崎病院医療理念 「良質な医療を提供し、信頼される病院に」

基本方針

1. 地域の人々の疾病の治療と健康の維持に、他の医療機関と連携し貢献します。
2. 患者さんの権利と尊厳を尊重し、病状と治療方針を十分に説明し、理解していただくよう努めます。また、患者さんの個人情報とは決して第三者に漏らすことはありません。
3. 患者さんが心地よく治療に専念できるように患者サービスに努力します。
4. 医療人としての使命感を持ち、より高い知識と技術の習得に努力し、安全で高度な医療を提供します。
5. 働きがいのある職場環境を形成します。

患者様の権利

1. 良質で適切な治療を受ける権利
2. 医療上の情報の説明を受ける権利
3. セカンドオピニオンを受ける権利
4. 人格を尊重され治療を自己決定する権利
5. プライバシーを尊重される権利
6. 尊厳を擁護される権利

すべての患者様が等しく、上記の権利を行使できるように、患者様には病院の規則を守り、他の患者様や職員、その他の人々に迷惑をかける責務があります。