



独立行政法人 国立病院機構

村山医療センターニュース

理念

患者さんの視点に立ち、良質で高度な医療を提供します。

基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重します。
- 安全で優しいチーム医療を提供します。
- 倫理を重んじ高度で先進的な医療を提供します。
- 地域医療連携の促進を図ります。
- 骨・運動器疾患の臨床研究を推進します。
- 職員は研鑽に励み、健全な経営に努めます。

肩の痛みは本当に五十肩なのか！？

整形外科 白澤 英之

一般的に五十肩と呼ばれている疾患は、英語で” frozen shoulder”、和訳で『凍結肩』と呼ばれ、肩の動きが制限される（凍結する）疾患です。適切な方法でリハビリを行えば自然と回復する病気で、あくまでも検査で原因が明らかにならないもので、原因があるものを含みません。そのため、五十肩だと思ってしまうものの中には原因がある別の疾患が多く存在しています。その中のほとんどは腱板断裂という疾患です。腱板断裂は、60歳代で4人に1人、80歳代の2人に1人が罹患している非常に頻度の高い疾患です。実は、肩の痛みの多くをこの腱板断裂が占めています。皆さんもご家族やお友達に五十肩をやった方がいらっしゃるのではないのでしょうか。この診断がほとんど間違っていたものだとしたらいかがでしょうか。不安に感じてしまう方もいらっしゃるかもしれませんが、治療を進めるためには腱板断裂について正しく理解することがとても重要です。ここでは腱板断裂について細かくご紹介させていただきます。

腱板とは肩のいわゆるインナーマッスルで、ボールを握るように上腕骨をつかんでいる4つの筋肉の腱の総称です。腱板は肩関節の安定化と動きのサポートを行います。これが、加齢、外傷などの原因で切れてしまうのが腱板断裂です。レントゲン写真だけでなく、超音波検査やMRIを撮影することで腱板が断裂しているかどうかわかります。実は、この腱板の部分断裂の症状が五十肩の症状にとっても似ています。完全に断裂してしまうと、横になるだけで肩が痛くなったり（夜間痛）、肩より上に腕を挙げるが出来なくなったりする症状が出現します。部分断裂を含む腱板断裂の治療は、痛み止めの内服や注射、関節の可動域を広げるストレッチをしっかりと行う保存治療で多くの場合は良くなります。このことが五十肩だろうと間違った自己診断で様子を見ていても、自然回復することが多い理由です。ただし、注意しなくてはならないことは、腱板はアキレス腱などと同じ腱であるため、完全断裂してしまっている場合は、腱が引き込んでしまい自然に元の位置に付くことはありません。そのため、経過によっては手術が必要になることもあり、放置しておくとう手術で治すこともできない状態になってしまう可能性があります。現在、早期であれば、身体への負担が非常に軽い関節鏡を使った手術（図1）で、ほとんどの病態を治すことが可能です。さらに、ある程度進行してしまっても、リバーズ型人工肩関節（図2）や大腿筋膜移植術を併用した上方関節包再建といった新しい手術法を行うことで治療することが可能となっています。

腕が挙らなくなった、服を着る時に肩が痛い、夜寝ていると肩が痛くなって起きてしまう、などつらい肩の症状でお困りの方は、「五十肩かな…？」と1人で悩んで納得せずに、当院へご相談下さい。肩の痛みの原因をしっかりと診断して、一人一人に適切な治療を提供致します。

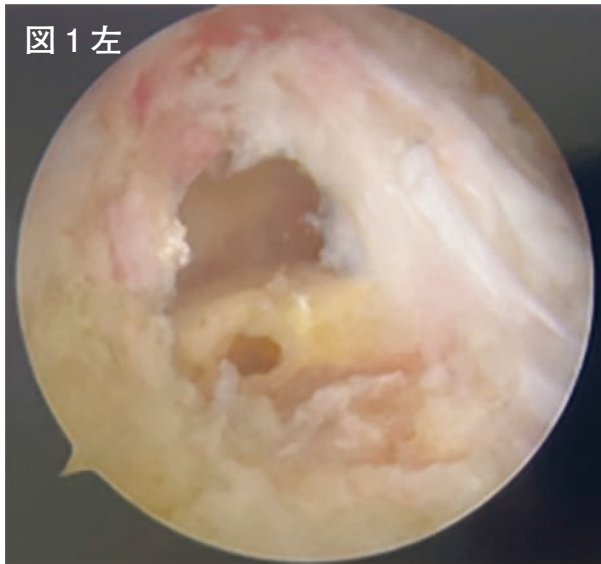


図1左



図1右

図1左：腱板断裂部（棘上筋断裂）
 関節鏡を用いて腱板断裂部を同定

図1右：腱板縫合後
 アンカーを用いて糸で骨に断裂した腱板を縫着している



図2左

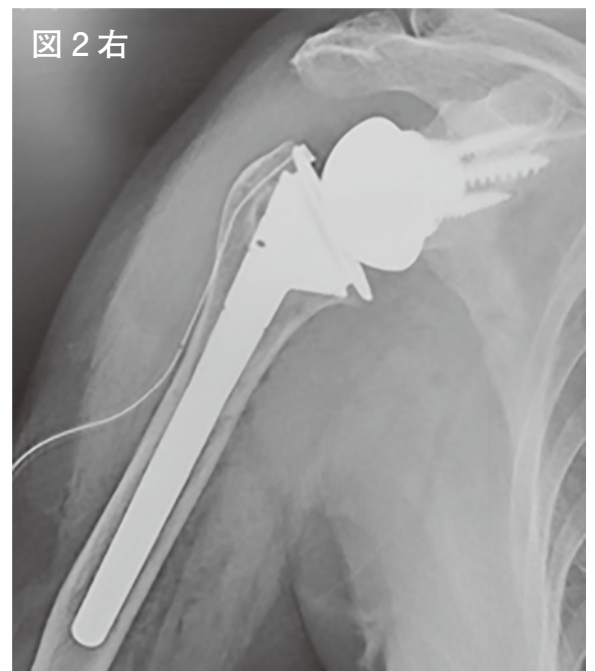


図2右

図2左：広範囲腱板断裂
 腱板断裂が広範囲で腱板筋の変性が強く、腱板の縫合が不可能な状態

図2右：リバース型人工肩関節置換術後
 術前の関節と比較して、骨頭と関節窩（お皿の部分）が逆になっている。
 このような形状にすることで腱板が縫合出来なくても肩の挙上が可能となる

肩関節外来開設のお知らせ

第4火曜日 13:30~15:30 (4月より)

白澤 英之 (しらさわ ひでゆき)

2008年 医師免許取得

2018年 医学博士取得

日本専門医機構 整形外科専門医 日本整形外科学会認定

スポーツ医、リウマチ医、運動器リハビリテーション医

肩関節専門外来紹介

肩の痛みはその罹患率の高さに対して、肩の専門医が少ないのが現状です。肩関節は人体でいちばん可動域の大きい関節であるが故に、骨だけで無く、靭帯、腱などによる安定性が非常に重要であり、その構造は大変複雑です。そのため、診断が難しい関節であり、専門医が適切な診断を行なければ正しい治療に至らないと考えられます。このことから当院でも肩関節専門外来を開設させていただく運びとなりました。

肩関節の治療は手術を行わない保存療法がメインですが、どの治療を行っていけば良いのか専門医が適切なアドバイスと回復までの診療を行います。また、手術となる場合は関節鏡による低侵襲手術を基本としており、痛みの軽減、早期回復が期待されるだけでなく、より細かな障害も治療することが可能となっています。

肩の痛みは生活の質を著しく損ないますが、他人に理解されづらい症状です。このような肩の悩みを抱える患者さんに、一人でも多く専門性の高い治療を提供したいと考えております。

肩の痛みで悩まれている方がいらっしゃいましたら、当院肩関節専門外来にご相談ください。一人ひとりの背景やご希望を考慮し、最適な治療を提供させていただきます。

新任医師紹介



午後リハビリテーション科医長 宇内 景

4月よりリハビリテーション科に赴任いたしました宇内景と申します。村山医療センターでの勤務は今回2度目となります。

リハビリテーションの視点から、この地域に住む皆さんがよりよい生活とできるよう、そしてこの病院を選んでくださった患者さんがここで治療を受けてよかったと思って頂けるよう、努めて参ります。宜しくお願いいたします。



整形外科医師 梶川 慶太

2022年4月より整形外科に赴任しました梶川慶太と申します。2015年に慶應義塾大学医学部整形外科学教室に入局し、その後関連病院に出向し、脊椎班に入班させて頂きました。慶應義塾大学大学院で脊髄損傷の研究に従事したのちに、この度、当院に赴任となりました。

伝統ある村山医療センターで働けますことを大変光栄に感じると共に、責任の重さに身の引き締まる思いでございます。一人でも多くの患者さんの生活に貢献出来ますよう、日々全力で取り組んで参ります。至らない点多々あるかと存じますが、ご指導ご鞭撻のほど何卒宜しくお願い申し上げます。



整形外科医師 市原 雄一郎

令和4年4月より村山医療センター整形外科に赴任いたしました市原雄一郎と申します。令和元年に慶應義塾大学病院整形外科に入局し、いくつかの関連病院で外傷、一般整形外科を中心に研鑽を積んで参りました。骨・運動器疾患の高度専門医療施設として、日本でも有数の伝統ある村山医療センターで勤務できることを大変嬉しく思います。

患者様にとってより良い治療をよく考え、一緒に模索しながら、誠意を持って日々の診療を行って参りたいと考えています。微力ながらこの地域の皆様のお力になれるよう、日々精進してまいります。何卒、よろしくお願い致します。



整形外科医師 吉田 宏太郎

この度 4/1 より村山医療センターで勤務させていただくこととなりました、98 回生の吉田宏太郎と申します。これまでは大学病院での勤務をさせていただいておりましたが、脊椎疾患の多く集まる臨床の最先端を走るこの病院で働けることを心より嬉しく思っております。一刻も早く戦力となれるよう日々精進してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



リハビリテーション科医師 上田 智之

初めまして、今春よりリハビリテーション科に赴任致しました上田智之と申します。

奈良県出身で昨年度まで滋賀県にて勤務しておりました。私自身の関東での初めての生活の拠点が武蔵村山市ということになりまして、とても住みやすく自然豊かな環境を大変気に入っております。

村山医療センターにて患者様が入院されている間、また患者様が退院されてその後の生活へ戻っていく際の一助となるべく努力を続けていく所存です。

至らぬ点多々あるとは思いますが、何卒今後ともよろしくお願い致します。



脊髄損傷治療なら当院へ

当院は脊椎・脊髄の専門病院であり、急性期から慢性期まで一貫した治療を提供しています。脊髄損傷専門病棟を持ち、豊富な知識と経験を持ったスタッフが受傷早期の初期治療から自立に向けたリハビリテーションまで専門性の高いチーム医療を実践しています。

特に脊髄損傷に関しては、臨床研究や治験が進められており、積極的に取り組んでいます。

前号（第73号）では、亜急性期脊髄損傷に対するiPS細胞由来神経前駆細胞を用いた再生医療として、慶應義塾大学病院で細胞移植が行われたことをご報告させていただきました。一方、受傷直後の急性期においては受傷早期の有効かつ安全な治験薬の開発にも期待が高まっています。当院では現在も急性期及び亜急性期脊髄損傷に対する治験を実行中です。治験参加を考えている方はまず主治医に相談し当院にご連絡ください。



2022年1月14日記者会見



向かって左から谷戸病院長（村山医療センター）
松本病院長、岡野教授、中村教授（慶應義塾大学）

世界初

「脊髄損傷に対するヒトiPS細胞由来神経幹細胞移植の臨床研究」が慶應義塾大学病院と村山医療センターで開始され、村山医療センターで引き続き移植後の有効性や安全性評価を含めた経過観察とリハビリテーションを継続いたします。



「看護の日」 ナイチンゲール生誕を記念したイベント

骨粗鬆症とは、骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。骨がもろくなっていることで軽い転倒でも骨折をしたり、ひどい場合はクシャミをただけで骨折することもあります。骨粗鬆症の初期段階では、自覚症状はほとんどなく、生活で困ることもほとんどありません。しかし症状が進行すると脊椎のひどい骨折（圧迫骨折・粉碎骨折）や腿の付け根の骨折（大腿骨頸部骨折）を受傷することになります。このような方は手術が必要になることも多く、またたとえ手術をしたとしてももとの生活環境をとりもどすのは困難です。特に新型コロナウイルスにより外出の機会が減った今日、潜在性に骨粗鬆症を発症している方が数多くいることが予想されます。今回当院では「骨粗鬆症の早期発見と骨折予防のために～できることから始めてみよう～」をテーマに、骨密度（簡易）の測定、骨密度を維持し高めるための方法や骨折予防などの相談会を開催することにしました。ぜひご来院いただき、気軽に骨密度測定を試してみませんか。（無料・予約なし）

スタンプラリーも開催し素敵な景品をご用意しております。それでは、当院外来待合室でお待ちしております。

看護の日



近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなんで5月12日に制定されました。1965年から国際看護師協会はこの日を「国際看護師の日」に定めています。村山医療センターでは毎年5月12日付近の土曜日に様々なイベントを開催してきました。この2年間は新型コロナのため活動は自粛しておりました。本年は当院にてできるだけ密を少なくし、感染予防を徹底してイベントを開催させていただきます。

2019年5月イオンモールむさし村山店の会場をお借りして「看護の日」を開催しました。



【看護の日】イベントのご案内



日時：**令和4年5月14日（土）**
9：30～15：00

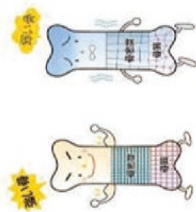
場所：外来待合室（整形外科・処置室前）



- 内容：①血圧・身長・体重測定
②骨密度測定（素足で測定します）
③栄養士による栄養相談コーナー
④医師・骨粗鬆症マネージャーによる
相談コーナー
⑤転倒予防・骨粗鬆症に役立つ体操

♥スタンプリナー開催中！♥

上記内容の③～⑤に参加された方には
素敵な景品をプレゼントいたします。
奮ってご参加ください！



骨粗鬆症の早期発見と
骨折予防のために

無料!

骨密度（簡易）を測定しませんか



独立行政法人 国立病院機構
村山医療センター

村山医療センターはオリンピックを目指すパラアスリート「荒武優仁さん」を応援しています。脊髄損傷と戦う荒武さんのこれまでの軌跡を3号にわたり掲載いたします。是非ご覧いただき、みなさまの記憶にとどめていただければと思います。今回は第2回目になります。

●●● パラリンピックを目指す荒武優仁さんその2

受け入れられるわけがない～ Overcome! 車いすラグビー ●●●



車いすラグビーパラリンピック代表入りを目指す荒武さん。生き生きとした生活を手にしている彼は、特別な人なのだろうか？

●受け入れられるわけがない

2016年、障害を負った直後の話を聞いてみた。
荒武：首の神経を損傷して、呼吸ができませんでした。幸い、一命をとりとめました。直後は手も動かすことができません。介護を受けて何とか生活することができました。

身体の失われた機能（鎖骨から下あたりの感覚がなくて…腹筋、背筋、あと胸筋も一部感覚がありません）を認めることができませんでした。見舞いに来てくれた友人と話すときも、「元にもどるよ！」と励まされれば、「元にもどる」と信じる始末でした。

リハビリでは残された身体の機能を使うことを学びます。言い換えれば失われた身体の機能を認めるところから始まります。療法士さんにリハビリを手伝って

もらいながらも、いつか失われた機能は戻るさ、そんな気持ちに支配されていました。

正直言えば、いつか足を動かすことができると信じていましたが、さすがに無理ですね（笑）。

●一瞬で奪われる

卒業文集、将来の夢に、「体操でオリンピック」と書いた。

荒武さんは小学2年生から体操を続けていた。障害を負う以前の話だ。

学生時代、アルバイト先の体操教室で、キューバ人のサーカス団員イドさんと出会った。イドさんから聞くサーカスの話は新鮮だった。

空中ブランコや綱渡り、一輪車を使った芸、トラなどの猛獣を操った芸などを披露して観客を楽しませるのがサーカスの仕事だ。自分の技で観客を楽し



ませる、スポーツとは違ったエンターテインメント性に荒武さんは魅了された。

2015年4月、新人サーカス団員として入団、最初は雑用の仕事をしながら、一日でも早く公演の舞台に立てるように技を磨いた。得意技は、体操経験を活かしたバク転や宙返りなどのアクロバット演技だ。

2015年8月には、オープニングショーのレギュラーに、待望の舞台出演を獲得した。サーカスは日本中を公演でまわる。行く先々での仲間たちとの観光、サーカス団員たちとの恵まれた人間関係。不満などどこにもない、まさに順風満帆でこれからだった。

2016年1月、荒武さんは公演の演技中、事故で障害を負う。

●障害と向きあうとき

事故直後は、何が起きたのか、何が何だかわからなかった。頭の中はグルグルとまわり、痛みのことさえ記憶にない。何が起きたかを理解できたのは病院だった。

「大丈夫さ、身体は動くようになるさ」

それは思い込みというより、祈りに近いものだったのかもしれない。

どんなに動かす努力をしても、失われた身体の機能は回復しない。事故直後から現在まで、失われた身体の機能はそのままだ。事故から半年位過ぎた頃、「やはり失われた身体の機能はもどらないのか」と感じ始めていた。

思い切って聞いてみた。

自暴自棄になりませんでしたか？

●「大丈夫だから」思い出すのは看護師さんや患者さんの言葉

荒武：「大丈夫だから」、何度も言葉をくれる看護師さん。今思えば、心のケアをさせていただいていたんですね。

脊髄損傷暦の長いおじいちゃん（病棟の患者さん）の言葉が心に突き刺さった。「ケガをしても、こんな仕事があるよ、結婚して子供をつくれるよ」「健常者と変わらない生活を手にしている人もいるよ」。

荒武さんの心に大きな影響を与えた言葉だ。



荒武：私が入院していたのは第8病棟、頸髄損傷患者さんを数多く診ている病棟でした。

そう、8病棟の看護師さんはこれからの可能性やリハビリのことをたくさん教えてくださいました。失われた身体の機能は戻らない、そんな事実は認められるはずがない。

転機となったのは、看護師さん、病棟の患者さんの言葉。ここから荒武さんに新しい目的が生まれた。健常者と変わらない生活をつかみ取るという目的が。

病棟のおじいちゃんが言った「健常者と変わらない生活を手にしている人もいるよ」が、今でも荒武さんにとっては忘れられない言葉だ。

障害を受け入れるまでの道のりは険しかったはずだ。受け入れた後に残ったものは、感謝の気持ちだった。

●生活をつかみ取るために（障害者としての）役割をさがす

頸髄損傷との本当の戦いはここからはじまったのかもしれない。

生活を支えるには収入は大事だ。障害があってもできる仕事（デスクワーク）で健常者との棲み分けを模索しはじめた。

スポーツで生計を立てることは甘くない。健常のプロスポーツ選手でもアルバイトで生活を支えなくてはならないことも。荒武さんから「場所」という言葉が漏れた。場所とは、勤務先の場所のことを言っている。自宅から勤務先が近くても、車いすで通勤ができるのかを確認しなければならないのだ。

荒武：車いすで仕事場まで行けるかが最初の壁です。公共の交通機関を含め、すべて車いすで移動できるわけではありません。でも慣れたから苦にはなりませんよ！

●まず自分のスキルアップ

荒武さんのご自宅におじゃました。最初に目に入ったのは、本棚だ。

本棚には、デスクワークスキルアップのための書籍がぎっしりと詰まっている。今だからこそテレワーク、在宅勤務がなじむようになったが、当時は在宅やデスクワークが許される仕事を探すのも容易ではなかっただろう。ホームページの制作や更新の仕事在宅で受けるためにhtml、css、PHPやjava scriptを、少しでもお金を増やすために株式投資の勉強を。何冊もスキルアップのための書籍が積み上げられている。

仕事では生産性に注意した。パソコンのモニターは2台のデュアルモニター体制だ。ファイルをいちいち切り替えず、資料やドキュメントを表示するモニターと作業をするモニター 2台を同時に駆使して一気に作業効率を狙う。「障害者だから生産性が低い」、そんな言い訳など絶対するものかという覚悟さえ感じる。荒武さんの部屋には、学びと工夫の跡がいたるところにある。



●楽しい！ 車いすラグビーと出会う



リハビリの時だ。療法士から、何かスポーツをやってみたらと薦められた。

「君くらいの年齢でこれだけ身体が動くのだから、絶対スポーツやったほうがいいよ！」

薦められるまま、車いすラグビー用車いす、通称ラグ車に乗った。競技用の車いすは難しくない、むしろ軽く動かしやすく自由だった。身体が動かせることが楽しくてしかたがない、夢中でラグ車に乗った。

動ける！楽しい！！

車いすラグビーにのめりこむのも時間の問題だった。初心者荒武さんは、車いすラグビーの猛者達には歯が立たない。車いすラグビーの猛者達に勝ちたい、競技者としての目標が芽生え始めた。

解き放たれたような気持ちになると荒武さんは語る。ぶつかってもいい、転んでもいい、相手競技者と真剣勝負だ。やる者も観る者も、誰も障害のことなど考えない。そこにあるのはスポーツに向かう真剣さと純粹さだ。体育館を覆う心地良い空気感の正体は、これだったのかもしれない。

● また目標があらわれた

2017年1月現在所属のチーム（ウィルチェアーラグビーチーム BLITZ）に参加する。実はこのチーム、全国屈指の強豪だ。どうせ入るなら強豪チームに、強い選手に囲まれ、もまれたいという気持ちでBLITZに参加した。もまれたいという気持ちは、いつしか世界、そしてパラリンピック代表入りを目指す気持ちにと変わっていった。

身体を動かせることがただただ楽しかった、それが車いすラグビーを始めるキッカケだ。荒武さんだけではなく、他の競技者のプレイを見ても、なぜかこの言葉が思い出される。

荒武さんはこう振り返った。「(障害を)受け入れたからこそ、今がある」と。

● 練習参加もラクじゃない

写真を見て欲しい。選手が練習に必要な一人分の用具一式だ。これを車いすで各自運ぶわけだが、段差があるととても困難、スロープがあっても簡単ではない。実際、用具運びに慣れない競技者を目にしたことがあるが、スロープを使っても運ぶことにととても苦勞をされていた。

実は住居選びも一苦勞。坂が多ければ生活の行動範囲が狭くなってしまう。



● 自動車を改造した

練習用具の運搬、練習場所の体育館に通う、簡単に事は運ばない。



自動車を運転するためにも、ブレーキ、アクセルを手で操作できるように改造が必要だ。

改造費用を聞いてみた。

荒武：30万円位でしょうか。

東京パラリンピックでは、代表入りを逃したが、荒武さんは来年の世界選手権、そして次回のパリ・パラリンピックへと準備を進めている。荒武さんは、ちょうど新しいラグ車（車いすラグビー用の車いす）を発注したところだった。

荒武：

あたり負けしないように新しいカスタムのラグ車を注文しました。もうすぐ届くんですよ！

プレゼントを待つ子供のように、荒武さんの表情はキラキラしている。



次号では「Walk Again! それでも再生医療に期待する」を掲載いたします。

外 来 診 療 担 当 医 師

■ 一般外来 ※受付時間 (初診:8時30分～11時まで) 令和4年4月1日現在
再診:8時30分～12時まで

診療科等	月	火	水	木	金	備考		
内科/リウマチ科	片寄	岡田	片寄					
泌尿器科	岡本 (午後)	岡本	岡本		岡本 (午後)			
外科	大石	飯野	大石	飯野	大石			
整形外科	再診	脊椎	谷戸 小林(喜) 松林 市原	古川 梶川 今井	許斐 加藤(貴) 矢内 吉田	松川 大久保 川野		
		関節	清水 小林(洋) 高島	白澤 (第4午後)	澤近	吉原	笹崎	股・膝関節・下肢
		手	加藤(直)	野村	加藤(直)		加藤(直)	手指・上肢
		一般						
	初診	交替制						
リハビリテーション科	富田	植村	松田		宇内			
歯科	吉武 (第1・3・5週)	吉武 (第2・4週)	吉武	吉武	吉武	予約制		

■ 専門外来 (全て予約のみ)

診療科等	月	火	水	木	金	備考
内科リウマチ				片寄 (13:00～)		予約制
装具外来 (リハビリ科)	リハビリ科医師 (13:00～)					予約制
禁煙外来		岡田 (午前11:30～)				予約制
側弯	許斐 (第1週午後)		古川 (15:30)	矢内(15:00) 許斐(16:00)	大久保 (15:00)	予約制
骨粗鬆症・筋老化					竹光 (第1・2・3・5週 13:00-15:00)	予約制

※循環器科、泌尿器科、皮膚科、精神科については、一般外来を行っておりません。

診療について

診療日 月曜日～金曜日(祝日及び年末年始は除く)
診療受付時間 初診の方 午前8時30分～午前11時00分
再診の方 午前8時30分～午前12時00分

※急患は(整形外科) 随時受付けております。

専門外来については医事窓口にてお問合せ下さい。

毎月初めに保険証の提示をお願いします。変更のあった場合はお知らせ下さい。

独立行政法人国立病院機構 村山医療センター

〒208-0011 東京都武蔵村山市学園2-37-1

TEL 042-561-1221(代) FAX 042-564-2210

URL : <http://www.murayama-hosp.jp/>