

今回は、今年4月にメディカルプラザ大道中央病院に開設された整形外科外来を担当する鈴木浩之先生の登場です。運動器の仕組みや骨粗鬆症の予防について分かりやすく説明いただきました。

— 受診率が低いのは、健康年齢の維持・向上の観点から見ても心配です。

鈴木 骨粗鬆症は自覚症状がほとんどありません。背骨の一部が潰れてしまっても3人に2人は自覚症状がないといわれ、本人も気付かない間に変形したままの状態で治まっているケースもあります。骨粗鬆症の検査はレントゲン撮影や専用機器で骨密度を測定するだけで、結果も短時間で分かります。ぜひ定期的に受診してほしいですね。また血液検査で骨粗鬆症のタイプがある程度分かるので、そのタイプに合わせて薬の処方や栄養指導も行っています。

— 骨粗鬆症は性差または年齢によつて有病率の違いはありますか。

鈴木（公財）骨粗鬆症財団の資料によると患者数の男女比は1対3で、女性が圧倒的に多いとされています。年齢層別に見ると、女性の60代で5人に1人、70代で3人に1人、80代では2人に1人となっており、年を重ねるほど有病率が高くなることが分かっています。ですから60歳以上の女性はもちろん、50代の方にも早めに受診いただきたいですね。自覚症状がほと



「身体の障害を最少にして
楽しく暮らす」
これが一番です。

メディカルプラザ大道中央病院
整形外科
鈴木 浩之（すずき ひろゆき）

運動器の機能改善を重要視、
治療を行う整形外科外来

— 那覇市大道のメディカルプラザ大道中央病院に今年4月、整形外科外来が開設されました。日本整形外科学会認定専門医である鈴木先生は開設当初から勤務されていますが、まずは外来の概要から説明いただけますか。

鈴木 診療日は月曜から金曜までの週5日で、診療時間は午前が9時～12時、午後が13時30分～17時30分となっています。整形外科は運動器の機能改善を重要視して治療を行っており、主な治療対象は身体の手台骨である背骨と骨盤、それと四肢になります。具体的な症状としては、整形外科の外来受診数全国トップ5でもある腰痛、膝の痛み、肩の痛み、頸部痛（首の痛み）、骨粗鬆症などが中心になります。

— 運動器について具体的に。

鈴木 運動器は身体のコになる骨・関節などの骨格系と、それを取り囲む筋肉やそれらを支配する神経系で構成されます。それぞれが連携しながら動いているため、どこか一つに不具合があると身体をうまく動かすことができなくなってしまう。

— 来院から治療まではどのような流れになりますか。

鈴木 最初に問診を通して患者さまが訴える症状について細かく確認します。それから症状に応じてレントゲンやCT、MRIなどの画像検査を実施し、その結果に応じて薬の処方や注射などを行っています。

— 鈴木先生は日本整形外科学会認定の運動器リハビリテーション医の資格もお持ちですね。

鈴木 はい。リハビリテーションは、運動器の機能を改善する上で一番の武器になります。私は当院では外来の担当なので直接リハビリテーションに関わるわけではありませんが、那覇市安里の本院（Ⅱ大道中央病院）には理学療法士、作業療法士など合わせて約100人のセラピストが在籍していますので、リハビリテーションは本院に任せています。私が診察した患者さまの情報はすべて本院の専門医と共有していますので、私の診断を基にリハビリテーションのメニューを作成して実践いただいています。

— 施術内容についてお聞かせください。

鈴木 電気器具などを用いた物理療法もありますが、私たちはセラ

が許すのであれば意識的に実行してほしいですね。

— 運動も継続して行うのは大変ですよ。

鈴木 運動に関しては沖縄に来て少し面白い話があります。本格的に外来を始めてまだ数カ月しか経ちませんが、受診される方に運動の有効性を説明すると、次の診療時に「こんな健康器具を買ったよ」と話す方が何人もいらっしゃるんです。散歩を始めた方も何人もいらっしゃるんですよ、素直に話を聞いてくださる方が多いですね。それまでそういう会話があまりなかった中で、逆にこちらが驚いています。あとは音楽療法も有効です。音楽を聴き、歌い、リズムに合わせて身体を動かすことで筋力やバランス機能の維持・向上を促します。リラックス効果もあり、心身の健康にも有効だとされていますので、これなら楽しく継続しやすいかもしれません。運動器の機能改善が楽しい人生を送るための助けになるのであれば、整形外科医としてこれほどうれしいことはありません。「身体障害を最少にして楽しく暮らす」。これが一番です。

— 本日はありがとうございました。

鈴木 こちらこそありがとうございました。

ピストによるマンツーマンの手技を中心に施術を行っています。それを可能にするだけの人数を揃えているのが私たち法人の特長でもあります。当院と本院をつなぐ無料の送迎バスを随時運行していますので、希望される方はお気軽に声をかけてほしいですね。

自覚症状がない骨粗鬆症
検診受診率が低い沖縄県

— 運動器に痛みを感じる原因にはどのようなものがありますか。

鈴木 さまざまな要因がありますが、整形外科の領域に限ると一般的には転倒や重いものを持ち上げたなど、また年齢的なものや肥満も挙げられます。膝の痛みであれば、摩耗や劣化した膝軟骨を修復する能力が年齢とともに低下しますし、肥満が原因で膝軟骨に過度の負担をかけてしまうこともあります。

— 沖縄は他府県と比較すると、特に女性で適正体重を超えるような高齢者が多い印象です。

鈴木 私は沖縄に赴任してまだ半年あまりですから確かなことは言えませんが、そういう印象は受けますね。あと沖縄に特徴的なことの二つとして、骨粗鬆症検診の受診率がかなり低いことが挙げられます。その影響もあるのか、骨折

医療法人 陽心会グループ

医療法人 陽心会 社会福祉法人 陽風会 有限会社 ヘルスサポート

理事長 高良 健

大道中央病院
那覇市安里1-1-37 TEL.098-866-0005(代)
リハビリテーション部門 TEL.098-869-0050

メディカルプラザ大道中央病院
那覇市学大道123 TEL.098-886-0007(代)
一般内科部門 TEL.098-886-0115
循環器科部門 TEL.098-886-5141
腫瘍科部門 TEL.098-886-0115
健診部門 TEL.098-886-5151

介護老人保健施設 やすらぎの里
那覇市安里3-1-57 TEL.098-869-0030

有料老人ホーム 星の館
那覇市安里1-1-17 TEL.098-917-1262

グループホーム たかまーみの家
那覇市学大道94-3 TEL.098-887-0081

グループホーム 大道が丘
那覇市学大道94-3 TEL.098-885-0036

小規模多機能型ホーム 大道
那覇市学大道94-3 TEL.098-885-0018

地域交流センター 大道
那覇市学大道94-3 2F TEL.098-885-0018

那覇市地域包括支援センター 若狭
那覇市若狭2-1-10 TEL.098-863-1165

ケアハウス 常夏の島
那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0036

特別介護老人ホーム 前島
那覇市前島2-18-17 TEL.098-894-8039

那覇市介護老人福祉センター
那覇市首里末吉町2-14 TEL.098-886-3510

那覇市霊川老人福祉センター
那覇市霊川2-3-11 TEL.098-853-1139

小規模多機能型ホーム 若狭
那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0550

地域交流センター 若狭
那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0550

那覇市地域包括支援センター かなぐすく
那覇市読房町1番68号 1F TEL.098-852-0777

在宅総合ケアセンター 大道
那覇市安里3-1-1 TEL.098-885-0030

在宅総合ケアセンター 大道／訪問介護事業所
那覇市学大道128 TEL.098-885-0033

有料老人ホーム 牧志
那覇市牧志2-9-43 TEL.098-862-1331

有料老人ホーム きらら
那覇市安里3-1-47 5F-6F TEL.098-923-5707

訪問看護ステーション なまくま
那覇市安里3-1-47 TEL.098-894-5748

訪問介護ステーション なまくま
那覇市学大道116 TEL.098-894-5749

デイサービスセンター リバーサイド
那覇市安里1-1-18 3F TEL.098-862-1501 2F TEL.098-943-2016

居宅介護支援事業所 なまくま
那覇市学大道2-25-2 TEL.098-943-5565

介護用品
那覇市学大道116 TEL.098-917-0916

R7.7月末現在