

私たちの窓は、いつもみなさまに開かれています

# 白 い ま ど

2023年  
2月1日発行  
No.512

February

2

特集

## スポーツ復帰に必要な アスレティック リハビリテーション (アスリハ) P-1

- インフォメーション P-4
- 診療科・センター紹介 スポーツ整形外科 P-5
- 診療を支えるスペシャリスト 理学療法士 P-6



未来に向けて共に歩む  
聖隷浜松病院60周年



病院理念 私たちは利用して下さる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

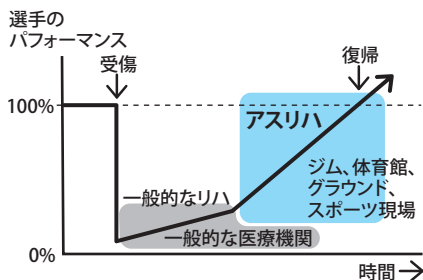
総合病院 聖隷浜松病院

# スポーツ復帰に必要な アスレティックリハビリテーション(アスリハ)

**ス** ポーツ活動において怪我<sup>けが</sup>はどんなに気を付けていても起こってしまいます。スポーツドクターはそうした負傷した選手を正確に診断・治療し、元の競技へ復帰してもらうことが仕事です。この過程で重要な役割を果たすのがアスレティックトレーナーの行うアスレティックリハビリテーション(通称:アスリハ)です。

通常のリハビリテーションとアスリハでは何が違うのでしょうか?それは目指すゴールです。一般的なリハビリテーションは元の生活に戻ること、日常生活が快適に過ごせることを目標としますが、アスリハでは日常生活に戻ったうえでさらに競技復帰とパフォーマンスの向上、怪我の予防が最終的なゴールとなります。選手たちは怪我が治った後、また元のスポーツに戻っていきます。つまり同じ怪我を受傷するリスクにまたさらされることとなります。その予防までが治療だと考えています。

アスレティックリハビリテーションの位置付け

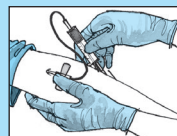


**ア** スリハでは短期、中期、長期的な目標を立てて、基本的な訓練から段階的に運動負荷を上げていき、最終的には競技・種目特有の体力や動作を獲得していきます。アスリハにおいては、単に関節可動域や筋力が受傷前のレベルに戻るだけでなく、全身持久力や、筋持久力、協調性<sup>こうち</sup>、巧緻性<sup>こうち</sup>、反応時間、パワー、スピードなど競技に要求される運動能力のすべてが元のスポーツに耐えるだけのレベルに戻さなければならないのです。

知っていますか?

## 新しい治療「PRP(多血小板血漿)療法」

整形外科疾患に対しては保険適応するさまざまな治療法(投薬や手術)がありますが、その他に自由診療として細胞治療があります。細胞治療のひとつに自分の血液から作成した多血小板血漿<sup>けっしょう</sup>(PRP)を用いるPRP療法といわれるものが、海外、特にアメリカやヨーロッパでは広く行われています。



採血



精製



注射

## インフォメーション

### 新しいPET-CT装置、導入!

PET-CTとは、がんなど体の中でより活発に活動している細胞を画像としてあらわす検査です。放射線薬剤を体内に投与し、特殊なカメラで撮影します。今回導入した装置はこのカメラが更新され、より正確な診断はもちろん、患者さんの検査の負担軽減にもつながります。



#### ポイント

- 装置に半導体技術や新たな画像処理技術を導入。感度が上がり、またノイズ低減技術も向上しました。
- 高画質を担保しつつ、検査滞在時間の短縮と被ばく低減ができるようになりました。
- 呼吸同期収集により、横隔膜付近の呼吸の影響を受けやすい部位も鮮明に描出ができるようになりました。

ぜひ見てね!

最新鋭の医療設備・医療機器の導入など、最新の情報は病院ホームページ「診療最前線」をご覧ください。

「診療に関する取り組みをタイムリーにお届け」  
「診療最前線」はこちら →



PRP療法は、自分の組織を自分(の細胞)で治す方法です。自分の細胞を使用するためほとんど副作用も少なく、簡便な方法です。日本では美容形成外科や歯科で盛んに行われてきました。PRP療法の一般的なデメリットは注射によって炎症が生じ、痛みや腫れを生じる方がいます。治療効果も個人差があります。

#### PRP療法の対象

加齢による関節疾患から、若年層のスポーツ等による筋腱損傷まで

▶ 部位…関節(変形性膝関節症など)、筋、腱、靭帯(肉離れなど)



症状が軽い

ダイエット  
運動療法

鎮痛剤  
ヒアルロン酸  
等の注射

PRP療法  
APS療法

人工関節  
手術

症状が重い

当院では既存の保存的治療では改善しない方、でもまだ手術するには至らない方の治療のひとつとして考えています。患者さんの状態や損傷部位によっていくつかの種類PRPを使用できるように準備しています。費用は使用するPRPによって異なりますが、3万円から30万程度です(自由診療)。お気軽にご相談ください。

文責:スポーツ整形外科 部長 船越 雄誠

#### ◆ 今月の色: 節分

せいひつ りん  
静謐の窓辺に立てば凜として  
澄んだ外気が心のとげを吹き飛ばす



# スポーツ整形外科

## スポーツ選手・愛好家たちの スポーツ復帰をサポート

当院はジュビロ磐田と1994年からサポート契約を結んでおり、医療面でのサポートをしています。その



経験をもとに当科は小中高校生から高齢者、スポーツ愛好家からプロ選手に対し、主に膝・足関節を中心としたスポーツ外傷や障害に対し、最新の知見に基づき治療を行うとともに、理学療法士（アスレティックトレーナー）との連携を密にして選手・患者さんの早期復帰を目指して治療を行っています。

スポーツに復帰するためには通常のリハビリテーションで日常生活を回復したあとに、競技復帰に向けたアスレティックリハビリテーションが必要です。経験豊富なアスレティックトレーナーが、プロスポーツ選手をケアしてきた経験を生かしてスポーツ復帰のサポートをしています。



©Jubilo IWATA

文責：スポーツ整形外科 部長 船越 雄誠 (写真前列左から2番目)



# 理学療法士

## 最高のパフォーマンスを求めて

理学療法士の主な業務は怪我や病気が原因で身体の動作に制限・障害を持った方に対して、日常生活獲得を目標にリハビリテーションを行うことです。



当院には日本スポーツ協会が認定する資格であるアスレティックトレーナーを有する理学療法士が在籍しています。アスレティックトレーナーは、怪我や障害がある選手のリハビリテーションはもちろん、再発予防のために効率の良い動き、効果的トレーニング方法の指導をします。怪我をした原因を考え、再発しないための身体づくりをし、最高のパフォーマンスを求めていきます。

日常生活のみではなく、スポーツ活動を行えるまでサポートしていきます。



文責：リハビリテーション部 藤井 千博 (写真p5前列右から2番目)・春藤 健支



# 聖隷浜松病院からのお知らせ

## 初診の方へ

### 紹介状をお持ちください

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介予約制)がありますので、事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診に係る選定療養費として7,700円(税込)を別途負担いただいています。原則としてかかりつけ医からご予約をお取りいただくようお願いいたします。患者さんから予約する場合は診療科・担当医をご確認のうえ、下記までご連絡ください。

▶ 地域医療連絡室(JUNC) ☎053-474-8801

(月～金曜 9:00～17:00、土曜 9:00～12:00/祝日を除く)

## 再診の方へ

### 予約変更のご案内

予約変更は、適切な診療提供に支障をきたすおそれがあります。やむを得ず予約変更を希望する場合のみ、下記までご連絡ください。

- お手元に診察券・予約券等をご準備ください。
- 時間帯によってはお電話がつながりにくい場合があります。
- 変更の際は医師等に確認が必要なため、お時間や日数がかかります。

▶ 外来受付センター ☎053-474-0100 (月～金曜 9:00～16:45)

## 産科の受診をお考えの方へ

妊娠検査薬等で妊娠が確認できれば、紹介状は不要です。受診希望日の7日～10日位前までに、下記までご連絡ください。

▶ 産科外来(直通) ☎053-474-3067

(月～金曜 14:00～16:45/祝日を除く)

## 面会の方へ

現在、面会に制限があります。詳しくはホームページをご確認ください。

面会時間…月～金曜 14:00～20:00、土曜・日曜・祝日 10:00～20:00

- 院内感染予防の目的で、以下の症状がある方には、面会を遠慮いただいています。  
発熱/咳・痰/原因不明の発疹/嘔吐・下痢

## ご来院の方へ

駐車場の収容台数に限りがあり、大変混み合いますのでなるべく公共交通機関(電車・バス)をご利用ください。

## 医師との面談時間について(ご協力のお願い)

原則、平日(月～金曜)8:30～17:00です。

- 緊急の場合は、この限りではありません。
- 医師の都合(外来診療や手術の延長等)により面談が上記時間外になる場合もありますが、ご了承ください。
- やむを得ない事情がある場合は、ご相談ください。



ジョイント・コミッション・インターナショナル認証  
日本医療機能評価機構認定  
地域医療支援病院



日本医療機能評価機構



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222

発行責任者 院長 岡 俊明