

12月にはいりました。今年もあと1か月。寒さに負けないよう、食べて動きましょう！



から



へ来年も「いきいき」いきましょう

～事務長からのごあいさつ～

平素、光洋いきいきクリニックをご利用いただき、誠にありがとうございます。皆様のおかげで、無事、開院10年目に入ることができました。本年4月には三上将副院長が着任し、かねてからの念願でありました整形外科医2名体制での診療を行うことができるようになり、外来診療の待ち時間も少しだけ緩和されたかと存じます。引き続き患者の皆様お待ち時間ができるだけ少なくなるよう工夫してまいり所存ですが、お気づきの点がございましたら、遠慮なくご指摘いただけたら幸いです。

この2年間は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、手指消毒、マスク着用、不要不急の外出制限等々日常生活の上でも多くの制約がありました。外出できず自宅にこもりがちで運動不足になり、体力が低下した方もいらっしゃるかと思います。特に高齢者の方の体力低下は転倒・骨折の原因にもなります。適度な運動を無理せず続けることが大切です。運動の仕方がわからない等お困りの方は、お気軽にリハビリスタッフに声をおかけください。

新型コロナの新たな感染者数は大分減少しており、感染収束に向かっているようにも見えますが、まだまだ予断を許さない状況かと思えます。もう少しの間、気を緩めず基本的な感染対策を続けていきましょう。来年は、コロナ禍によるストレスのない年であってほしいものです。来年も光洋いきいきクリニックをよろしくお願い申し上げます。

事務長 佐藤和則

～開院9周年記念講演会～



法人社団生き生き会 光洋いきいきクリニック
開院9周年記念講演会

前列左から5人目が三上副院長、6人目が中島院長

10月15日、市内ホテルにて開院9周年記念講演会を開催しました。新型コロナウイルス感染症予防対策として、講演中のマスク着用や3名掛けの机を1名の座席とし、間隔を開けるなどの対策をしまして行いました。

みかみ すすむ

特別講演として、当院 三上 将 副院長による「変形性膝関節症の基礎と臨床～実臨床での診察・治療の流れについて～」をご講演いただきました。

講演では、膝関節の基本知識、変形性膝関節症について、人工膝関節置換術などの手術について分かりやすく説明していただきました。変形性膝関節症は、加齢とともに膝の軟骨がすり減り、関節の変形が進行、そして、炎症を起こし、痛みや水腫が生じる病気です。診察でも病気や治療方法などを丁寧に詳しく説明しておりますが、講演会での説明画像（膝の動きや構造、変形性膝関節症の症状、外来診察内容、症状に応じた治療方法）をいくつかご紹介します。



三上副院長・中島院長

膝はどんな動きをしているのか？
膝は下肢の運動の中心的役割とは？



可動性（動いて色々な動作を可能にする）

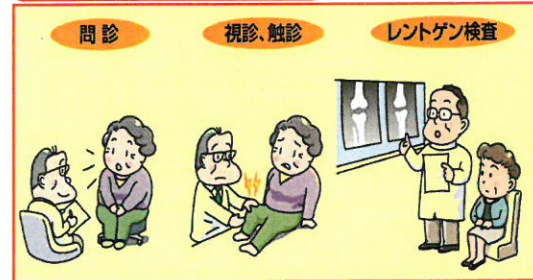


支持性（全体重を支える）

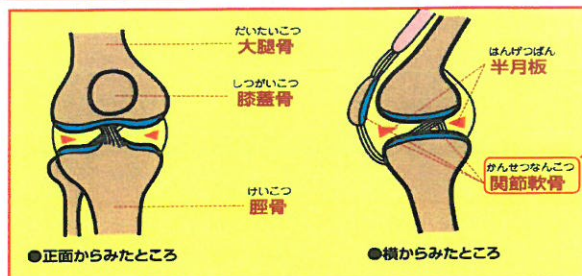
変形性膝関節症、どんな症状があるの？



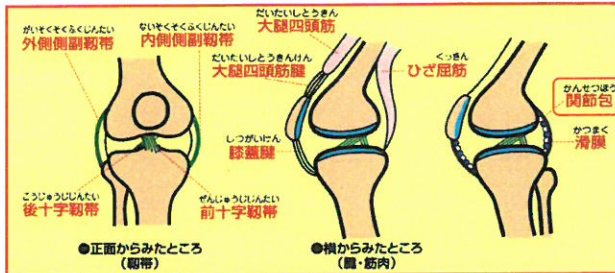
外来での診察内容は？



膝の構造は？

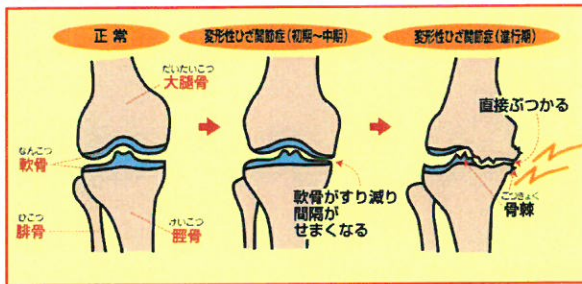


関節軟骨は、関節にかかる衝撃を吸収、表面がなめらかですべりやすい



関節包内には関節液（主成分ヒアルロン酸）があり、潤滑液として関節の動きをなめらかにしている

変形性膝関節症とは？



変形性膝関節症に対する手術治療？



三上副院長の人工膝関節置換術の手術実績は、約 900 件。本年 4 月の当院着任以降も膝手術を適宜施行しております。地元苫小牧で手術からリハビリテーションまで実施し、安全・安心した生活、買い物・旅行などの楽しみをもっといただける関わりを職員一同こころがけます。

ご質問などがありましたら、お気軽に声をかけてください

12月の日程について

外来診療について

12月30日（木）～1月4日（火）

年末年始休み

通所リハビリテーションについて

12月30日（木）～1月4日（火）

年末年始休み

ご不明な点はお気軽におたずねください

光洋いきいき新聞 第47号でした。次号は1月（第48号新年号）の予定です。ご意見・ご要望や不安・疑問など何でも結構ですので、お気軽にご質問ください。

「光陰矢の如し」一日一日を大切に、来年に向けて元気でいきましょう (H) R3.12.1

