

あなたの街のお医者さんガイド

ホームドクター 2019

保存版

南区 豊平区 清田区 北広島市



いざという時のために備える

知りたい、気になる
病気や治療の話

浮腫（むくみ）

慢性的なむくみはさまざまな病気のサイン あまり放置せず、早めに適切な対応を

浮腫（以下むくみ）とは、細胞組織の間に水と蛋白が異常にたまって腫れてしまう状態のことです。一過性のものもありますが、慢性的なむくみはさまざまな病気のサインで、特に心臓や腎臓、肝臓の病気が必要です。さらに、下肢静脈瘤や深部静脈血栓症（別名エコノミー症候群）といった血管の病気、甲状腺機能の低下症や亢進症でもむくみが発症することがありますし、薬剤の副作用で起こることも意外と多くあります。

また、乳がんや子宮がんなどの手術後に、がんの転移を防ぐためにリンパ節を切除することがありますが、そのことでリンパ液の流れが悪くなり、むくみの原因となることもあります。この他にも、高齢の方では廃用症候群によってむくみが起き

ることもあります。これは病気や障害などで長期にわたって安静状態を継続することによって、身体機能が衰えてしまうことにより全身にさまざまな悪影響を及ぼす症状のことです。

私の専門である整形外科疾患においても、手足の外傷や骨折、人工関節の手術後にむくみが見られることが多くあります。基本的には時間の経過とともに治まることが多いのですが、中には数カ月もむくみが治まらずつらい思いをされている患者さんも少なくありません。

むくみに対しては、高挙（患部を心臓より高い位置にすることで腫れを抑える方法）、冷湿布などで患部を冷やす方法、圧迫が推奨されていますが、それでも改善しない場合、以前は

内科や循環器科で相談するようお願いするしかありませんでした。しかし、それでも改善されない患者さんが多いため、何か良い方法はないかと思っていたときに、厚生労働省の認可を受け、リンパ浮腫治療の実技指導を行っている日本浮腫緩和療法協会を知りました。そこで私から講習を受け、リンパ浮腫セラピストの資格を取得しました。現在では当院の看護師と理学療法士もリンパ浮腫セラピストの資格を取得し、3人でマッサージ法であるリンパドレナージュや、包帯を使って圧迫する圧迫療法、運動療法を中心とした専門的なケアに取り組んでいます。

はありませぬので、短期間で改善するケースも多いため、当院では外傷後や骨折、手術後のむくみを中心に、廃用性や薬物性のむくみにも対応しています。がんの手術後のむくみに対しては保険外診療にはなりますが、お悩みの方はご相談ください。また当院では、日々のケアによるむくみの予防のため「むくみスッキリ体操」を提案しています。一例として「足バタバタ体操」を紹介いたします。ふくらはぎは第2の心臓と呼ばれ、足先を下りてきた血液を心臓へ送り返すためのポンプの役割を果たして、常に重力と闘っています。まずは仰向けに寝て、クッションなどを足枕にして足を高く上げます。そして、つま先を起こしたり倒したり、ゆっくり大きく動かしましょう。ふくらはぎやすねの筋肉が動いていることを意識しながら20〜30回繰り返します。椅子に座ったままでもできますので、座りっぱなしや立ちっぱなしなど、長時間同じ姿勢でいることの多い方でも、仕事の合間に簡単にできるのでお勧めです。



みつわ整形外科クリニック
理事長・院長
廣田 諒氏

先生のプロフィールはP45へ

専門集団による高度な医療とリハビリ と再生医療。人々の幸せに貢献する



院内は患者がゆっくりとくつろげる環境で治療やリハビリが受けられる空間づくりに配慮。高性能MRIをはじめ、超音波検査装置など最新機器を完備。「スタッフが一丸となり、患者さん一人一人にあった医療を提供し、治療をして終わりではなく、痛みが改善したその先と一緒に考え、患者さんの幸せの実現と一緒に目指していきたいと思っています」と廣田院長は話す



① 超音波検査室にて再生医療を実施
② 専用車両4台で自宅までの無料送迎を行い好評だ

一般的に整形外科治療を中心に、廣田院長が顧問を務める社会医療法人朋仁会とも提携しながら、スポーツ整形外科、骨粗しょう症、上下肢のむくみ(浮腫)の治療など、

「お困り事やお悩み事など、気軽ににご相談ください」(廣田院長)

平岸通り沿いに2018年1月15日に開院した、みつわ整形外科クリニック。「患者の幸せ」「職員の幸せ」「地域の幸せ」の3つを理念に掲げる廣田諄理事長・院長は「患者さんを最も大事にするには、そこで仕事をする人たちが幸せでなければならず、その職場のある地域に貢献する気持ちが必要ならなければならないと考えます。そのためにも必要なことは、組織運営におけるコミュニケーションの徹底と人間性を尊重することです。当院では多職種の若いスタッフを加えた理事8人体制で、時代に敏感で、瞬発力のある決断と行動力を強みに、常に良心的かつ最適な医療の提供を心掛け、地域に貢献してまいります」と話す。

専門性の高い医療の提供を目指す。さらに、リハビリテーションに力を入れ、一般フロアのほか、アスリート向けのスポーツリハビリテーション・コンディショニングフロアも設置するなど、より専門的で高度なリハビリを実践する。

また、服薬や注射では効果が得られない、人工関節などの手術には抵抗があるという患者に対して、PRP(多血小板血漿)治療とAP(S(自己タンパク質溶液)治療)の再生医療を保険外診療で実施。患者自身の血液を使用し、人間が持つ治療能力や組織修復能力、再生能力を引き出す、日帰りで受けられる治療法として注目度も高い。

この他にも高齢者などの通院が困難な患者を対象に、自宅までの無料送迎や、スマホのテレビ電話機能を利用した遠隔診療など、先進的な取り組みにも積極的だ。

整形外科・リハビリテーション科

医療法人社団

みつわ整形外科クリニック

011-816-3200

札幌市豊平区平岸3条6丁目6-30

<https://www.mitsuwa.clinic>

診療時間／

月・火 9:00~12:00 14:00~17:00

水曜 9:00~12:00

木曜 9:00~12:00 14:00~18:30

金曜 9:00~12:00 14:00~18:00

※木曜17時からと金曜午後は予約外来と並列

休診日／土曜・日曜・祝日

最寄りアクセス／

地下鉄南北線平岸駅から徒歩3分



理事長・院長
廣田 諄氏

1973年北海道大学医学部卒業。北大病院はか道内主要病院勤務。社会医療法人朋仁会理事長を経て、2018年1月より現職。日本整形外科学会認定整形外科専門医ほか