



新型コロナウイルス感染症は、感染症法において「2類相当」から季節性インフルエンザなどと同様の「5類」に引き下げられました。国保京丹波町病院では、これまで外来対応医療機関として発熱外来のみの対応をしてきましたが、ゴールデンウィーク明けの5月8日から軽症・中等症対応病院となり施設協力医療機関として入院対応も行うこととなりました。

当院への入院につきましては、軽症の方の中でも呼吸器疾患などで重症化しやすい患者さまや、発熱症状があり入院による経過観察が必要と判断された患者さまなどを対象としています。

外来につきましては、発熱症状など新型コロナの感染を疑われる患者さまや、新型コロナ感染を疑われる方と接触され感染していないか不安に思われる方などを、引続き発熱外来で診察させていただきます。受診希望の方は、これまで通り平日の午前8時30分から発熱外来受診の電話予約をしてください。ただし、検査費用はこれまで公費負担となっていたが、5月8日からは患者さまに費用を負担していただくかなければならなくなりましたので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

問：国保京丹波町病院 Tel86-0220



膝の痛み～変形性膝関節症～

変形性膝関節症は、加齢や体重増加などにより関節における骨の表面を覆う軟骨が減少することで起こる病気です。軟骨には痛みを感じる機構はありませんが、骨にはそれがあるため、軟骨の減少により関節面の骨が露出すると、膝関節は自分の体重がかかる箇所ですので骨同士の接触が生じ痛みを感じてしまいます（例えば、骨折した際に、動かしたり痛いところを押したりすることで骨同士が接触し痛みが生じることとほぼ同じです）。

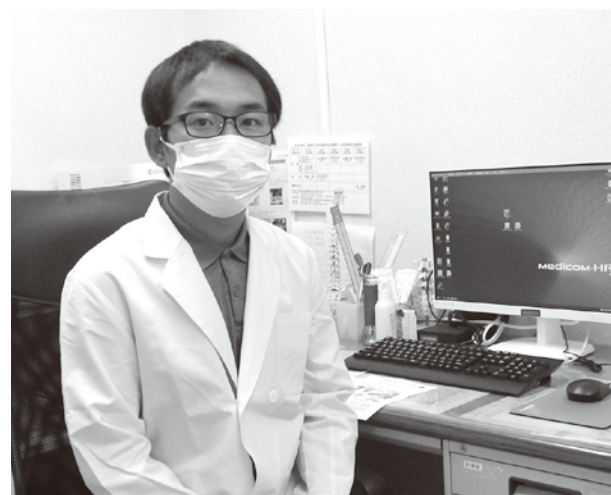
治療として、「生活習慣の改善（体重コントロール）」、「薬物療法」、「運動療法」、「手術療法」などがあります。「生活習慣の改善」は大前提ですが、以上の3つを組み合わせることで治療を行います。

薬物療法：飲み薬、貼り（塗り）薬、ヒアルロン酸注射などで炎症による疼痛・腫脹軽減を目指す。

運動療法：膝体操、水中運動などにより膝関節周囲の筋力強化と柔軟性向上を目指す。

装具療法：杖使用や足底板での疼痛軽減を目指しますが、上記と比較して推奨度は高くない。それでも症状の改善が乏しい場合や患者さんの希望

国保京丹波町病院和知診療所
金曜日の整形外科外来 担当
はやし だい ち
林 大智 医師



が強い場合は手術療法を行うことがあります。

今後の治療は、多血小板血漿（PRP）療法が注目されています。自身の血液からPRPを分離・調製し膝関節内に注射する治療で、抗炎症作用、組織修復作用を有するといわれています。現在のところ限られた施設で自費診療とまだまだ普及はしていませんが、治療を受けた約60%の方で症状改善・消失したとの報告もあり、今後のさらなる臨床研究による治療確立が望まれます。

～健幸～生き活きウェルネス

京丹波町にお住いの皆さんが健やかに幸せに「健幸」で暮らせるように・・・。

国保京丹波町病院では、病気になる前の「予防医療」を大切に

病気を患ってからもその人なりに幸せに暮らせるよう「地域包括ケアシステム」を充実し町民一人ひとりの健幸Wellness—ウェルネス—を目指しています。



6月となり梅雨の季節を迎えています。春から夏への移行期でもある6月は、体がまだ暑さに慣れていないこともあり、体調を崩しやすい時期でもあります。

近年、季節の移り変わりが、徐々にではなく急になったような印象があり、体が季節の急な変化にびっくりしているのは私だけでしょうか。熱中症や食中毒もこの時期から多くなります。新型コロナウイルス感染症は5類になりましたが、ウイルスがなくなったわけではありません。私たちの周りには健

康を脅かす危険因子が常に隙をつこうと虎視眈々と狙っています。免疫力を高めてそれらに打ち勝つことも大切です。

食事はバランスよくしっかり摂る、十分に睡眠をとり、疲れをためないようにする、適度な運動も生活の中に取り入れてストレスを発散することも意識しましょう。

夏へと向かうこの時期、私たち自身も体力や免疫力を強化して、夏を乗りきる準備をしていきましょう。