

転ばぬ先の杖

副院長 整形外科部長 木戸 忠人

65歳以上が総人口の21%を超えた社会を「超高齢社会」と言うそうです。日本はすでに約20年前の2007年に21.5%となり超高齢時代に入っています。一方で、高齢者の歩行などの運動能力は以前より5～10歳若返ってきていると言われています。

さて脊髄損傷についてですが、以前までは転倒転落、交通事故、スポーツなど比較的大きな外力で受傷されることが多い怪我でした。脊髄損傷により、立てない、歩けないなどの重度の障害から、手の痺れのみといった比較的軽度の障害まで様々な症状を呈します。高齢化が進んでいる日本ではどのように変化してきているのでしょうか。2018年に秋田大学整形外科、宮腰尚久教授を中心に26年ぶりに外傷性脊髄損傷の全国調査が行われました。その結果を簡単にご紹介します。受傷時の平均年齢は66.5歳で、70歳代にピークを認めました。以前の報告では平均年齢48.6歳、ピークは59歳と20歳の二峰性ですから、かなり高齢化が進んできたと言えます。怪我の大部分は頸髄損傷（88%）であり、これは以前と変わりはないようです。怪我の原因としては、平地転倒（38.6%）、交通事故（20.1%）、低所からの転落（13.7%）の順でした。10代ではスポーツによる怪我がほぼ半数でした。注目すべきことは、年齢が上がるにつれて、平地での転倒による脊髄の怪我が多くなることです。以前の調査と比べて、怪我をされる年齢が上がってきている、平地での転倒などちょっとしたことで怪我をする人が増えてきている、などがわかりました。

この調査結果から、高齢者の脊髄損傷予防には、運動療法などの転倒予防が重要と思われます。運動療法だけではなく生活環境や歩行時の補助具などいろいろな工夫対策が必要だと思います。みなさん、「転ばぬ先の杖」、大事だと思います。日々気をつけましょう。



受 付 時 間	初診 8:15~11:00			再診 8:15~11:30	
曜 日 診療科	月	火	水	木	金
内科 受付11時まで 〔 予 約 制 〕	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師 〔 4/4, 4/18 〕	休診
内科（循環器） 〔 予 約 制 〕	休診	休診	休診	診療応援医師 〔 4/4, 4/18 〕	休診
内科（呼吸器） 〔 予 約 制 〕	診療応援医師13:30 ~ 〔 4/8, 4/22 〕	弘前大学 午前 〔 禁煙外来 〕	休診	休診	休診
人工透析センター 〔 予 約 制 〕	診療応援医師	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
消化器科 〔 内視鏡検査 〕 〔 予 約 制 〕	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師	休診
外 科	阿部	佐藤	阿部	佐藤	阿部
乳腺・甲状腺外来	休診	休診	休診	休診	診療応援医師 〔 4/5, 4/19 〕
皮 膚 科	休診	弘前大学	診療応援医師	診療応援医師	弘前大学
整形外科	関〔9時~13時30分〕 阿部 杉村 佐藤〔11時~〕 木戸〔9時~11時〕	奥山 阿部 杉村	木戸 千葉 〔11時~12時30分〕 加茂	関 佐藤 東條	奥山 木戸 関〔9時~10時〕 加茂 佐藤〔10時~〕
スポーツ外来	休診	休診	休診	関 〔15時~16時〕	関 〔14時~16時〕
骨粗鬆症・フレイル外来 〔 予 約 制 〕	休診	休診	休診	休診	阿部 〔4/12, 4/26 11時~12時〕
脳神経内科 〔 予 約 制 〕 受付 13時~15時	休診	休診	休診	診療応援医師 〔 4月11日 〕	診療応援医師 〔 4/5, 4/19, 4/26 〕
脳神経外科 〔 予 約 制 〕	神里	休診	休診	休診	秋田大学14:00-16:00 〔 4/12, 4/26 〕
泌尿器科 受付 8:15~10:30	休診	休診	診療応援医師 〔受付 8:15-10:30〕		診療応援医師 〔 受付 8:15-10:30 〕
眼 科	休診	休診	休診	休診	休診
耳鼻咽喉科	休診	休診	休診	秋田大学	休診
リハビリテーション科 〔 予 約 制 〕	奥山〔10時~〕 秋田大学〔13時~〕	千葉 〔10時~〕	千葉 〔10時~〕	千葉 〔10時~〕	関 〔10時~〕
歯科口腔外科 〔 予 約 制 〕	桑島 早津	桑島 早津	桑島 早津	桑島 早津	桑島 早津

◎ 診療日等、都合により変更する場合は院内・HP上にて事前にお知らせいたします。

※ 内科・脳神経外科は新患は受け付けておりません。

※ 眼科外来は当院の都合でR6.4月から休診となります。消化器科外来の金曜日はR6.4月から休診となります。

～秋田労災病院の理念～

当院は、勤労者や地域の人々の健康増進と疾病の予防・治療に取り組み、患者様の人権を尊重し、あたたかく、思いやりのある安全な医療を提供します。

独立行政法人労働者健康安全機構秋田労災病院

〒018-5604 秋田県大館市軽井沢字下岱30

TEL 0186(52)3131 / Fax 0186(52)3137

ホームページ <https://akitah.johas.go.jp>

Facebook <https://www.facebook.com/AkitaRosai>

◆診療科目◆

内科・血液内科、消化器科、外科、整形外科、脳神経内科、脳神経外科、
皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科、
リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、健康診断部、
勤労者脊椎・脊髄治療センター、治療就労両立支援部