

Social medical corporation HOKUTO

HOKUTO

SEVEN



北斗病院の歯科口腔外科

親知らず

～解説と治療法～

Vol.119

2024.05

Contents

特集 親知らず ～解説と治療法～

Medical Staff Column Vol.2

まちのお医者さん Vol.2

北斗 院内食アルバム File 004

保健師コラム その1

星のひろば 通信 Vol.3

パーキンソン病へのアプローチ LSVT® LOUD/LSVT® BIG

研修医日記

めでいバナ Vol.2

HOKUTO DIARY

特集 北斗病院の歯科口腔外科 親知らず ～解説と治療法～

皆さんは「親知らず」と聞いてまず何を思い浮かべますか？多くは強い痛みを伴う歯の疾患をイメージされることと思います。今回の特集では、「親知らず」の知識を皆さんに知っていただくと共に、私たち北斗病院の歯科口腔外科が、患者様により苦痛の少ない治療をご提供していることを、紹介させていただきます。



佐藤 健彦
歯科口腔外科 副部長

出身
平成10年 北海道医療大学歯学部卒
取得認定医/専門医
日本口腔外科学会専門医
がん治療認定医(歯科口腔外科)
日本有病者歯科医療学会専門医・指導医
所属学会
日本口腔外科学会
日本頭頸部腫瘍学会
日本口腔腫瘍学会
日本顎変形症学会
日本有病者歯科医療学会

そもそもなんで「親知らず」？～名前の由来

一般的に「親知らず」が生えてくる年齢は、10代後半から20代前半ぐらいですので、平均寿命が50歳代であった昔はその頃には親が亡くなっていたことが多く、「親が知ることなく生えてくる歯」をそう呼ぶことになった、又は、子供のときはお父さんやお母さんに仕上げ磨きをしてもらったり、虫歯ができたり、乳歯が抜けたりしたときなど、親に口の中を見てもらう機会が多いのですが、「親知らず」が生えてくる年齢になると親に口の中を見てもらうことはほぼないため、「親が子供の歯をチェックしないような年齢になってから生えてくる歯」、つまり「親が歯が生えてきたことを知らない」ことから、「親知らず」と呼ばれるようになりました。



「英語からの由来」という説

「親知らず」は英語で「wisdomtooth」と書きます。「wisdom = 知恵、tooth = 歯」ですので、「知恵がついてきた頃、物事の分別がつく年齢になった頃に生えてくる歯」という意味があるようです。「親知らず」は別の呼び名で「智歯」と言われていますが、この「wisdomtooth」が由来とも言われています。また、人間の永久歯は、先天的な欠損なく生えそうと親知らず4本を含めて32本になります。「親知らず」は一番後ろの8番目の部分に生えてくる「第3大臼歯」なので「8番（ハチバン）」と呼ばれます。

「親知らず」必ず抜かなきゃダメ？

正常に生えてしっかりブラッシングが可能な状態にある親知らずの場合は抜く必要はありません。抜歯する理由としては大きく3つの要素があります。



1 親知らずの周りの歯ぐきが炎症を起こしている時

親知らずが部分的に埋まっている時に起こりやすい症状です。中途半端に親知らずが顔を出している状態は「歯周ポケットが深い=歯周病が進んでいる」と同じ状態。汚れや細菌がたまり、炎症が起きて歯ぐきが腫れたり、出血したりします。「疲れた時に腫れる」「体調を崩したときに腫れる」という方が多いです。



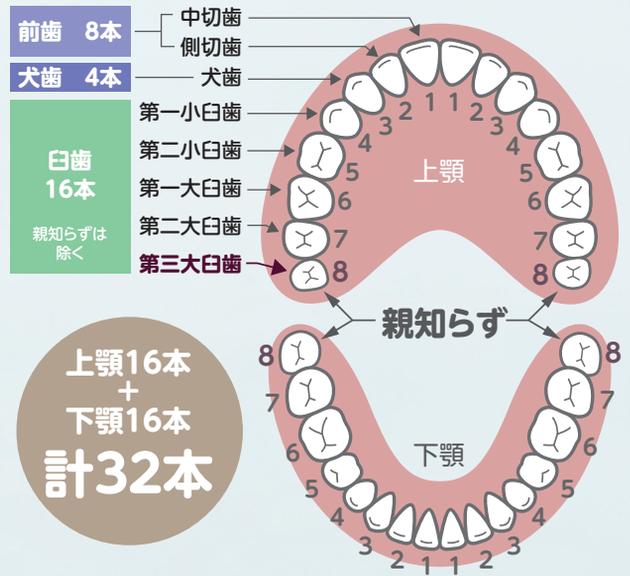
顎の骨の大きさと歯の大きさの不調和が原因で「親知らず」は生えたり、生えてこなかったりー埋伏智歯ー



抜歯された埋伏智歯

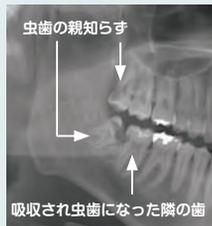
顎の大きさが小さくなって生えにくくなった「親知らず」

人間の歯は欠損なくすべて生えそろうと32本です。顎の成長と歯の大きさのバランスがとれていると、32本の歯がしっかりと口の中に生えることとなります。しかしながら食事形態が晩期縄文時代～江戸時代～現代と時代が進むにつれて硬いものから柔らかいものへ変化し、それに伴い咀嚼機能（咬む力や咬む回数）が低下したことから、人間の顎は退化が進みます。顎の成長が衰えた結果、顎が小さくなってきています。一方、顎に生えてくる歯ですが、歯の大きさに影響を与え歯が小さくなることのできる期間は歯がまだ顎骨の中に埋まっている時に限られるために咀嚼機能による外部からの影響を受けることはありません。歯が生えてくる環境としての顎骨の縮小によって、顎骨内部の圧が上昇すれば歯のサイズが小さくなると考えられていますが、顎骨の縮小に対して、歯の大きさの変化がゆっくりなため、歯と顎骨の大きさの均衡が失われることとなります。顎の骨の大きさが歯の並ぶ十分なスペースを確保できない大きさになるため、一番最後に生えてくる「親知らず」が生えるスペースが不十分であれば「親知らず」は生えてこられなくなります。埋まったままの「親知らず」を「埋伏智歯」と言います。



ある研究では、歯と顎との不調和がみられるものの数は、縄文時代には8.9%に過ぎなかったが、時代とともに増加して、現代では63.1%に達しており、時代の経過と共に「親知らず」はだんだん生えにくくなって来たことが分かります。

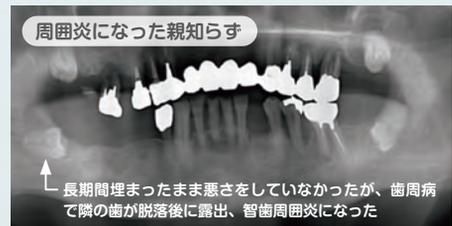
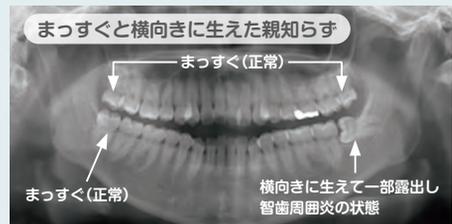
レントゲン撮影で映し出した様々な「親知らず」



親知らず自体が虫歯になり、隣の歯も吸収されて虫歯になっている。



◀上は引っかかり生えてこない親知らず。下は横向きで一部生えている親知らず。一部でていると汚れがたまって智歯周囲炎（親知らずの歯肉炎）になる。



2 隣の歯をむし歯にしている時

親知らずが横向きに生えていて、一つ手前の歯（第二大臼歯）とぶつかっているところにむし歯ができてしまいます。親知らずとぶつかっているところは食べかすが挟まりやすい上、歯ブラシが届かないため、むし歯になりやすい場所になってしまいます。さらにこの場合、親知らずがむし歯になるのはもちろんですが、一つ手前の歯（第二大臼歯）が先にむし歯になってしまうことが多く親知らずを抜いて虫歯の治療をすることになります。



3 隣の歯の根を吸収している時

横向きに生えた親知らずが一つ手前の歯（第二大臼歯）の根にぶつかって吸収（根の喪失）を起こすことがあります。根がなくなってしまった歯はやがて使えなくなってしまいます。根の吸収が初期の段階なら親知らずを抜くことで一つ手前の歯（第二大臼歯）を残すことができます。初期の段階で自覚症状がある方は少なく、歯科医院でレントゲンを撮影してはじめてわかることが多いです。



親知らずの治療法

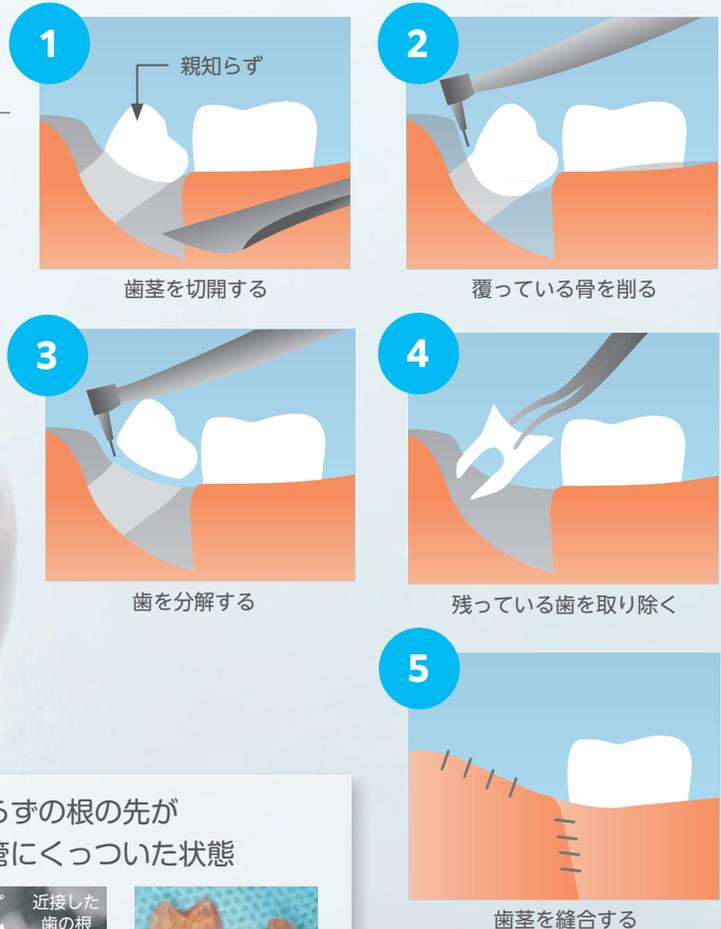
横向きに生えて悪さをしているパターンが多いため、手術が必要になります。親知らずの抜歯は、生え方によって困難な場合があります、その際には病院の口腔外科での対応が必要なことがあります。



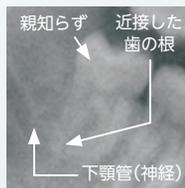
埋伏智歯抜歯術の実際

北斗病院の歯科口腔外科では表記の手順にて抜歯術を行っています。

- ① 歯茎切開
- ② 骨削除
- ③ 歯の分解
- ④ 抜歯
- ⑤ 縫合（抜糸は1週間後）



親知らずの根の先が 下顎管にくっついた状態



顎骨内を走行している神経が近接した親知らず。



抜いた親知らず。歯の根が大きく湾曲した状態。

下顎管を刺激すると抜く側の下唇と下あごに知覚異常がでることがあります。

術後の合併症について

抜歯の手術には下記の合併症があります。

1. 出血
2. 痛み
3. 腫れ
4. 神経麻痺
5. 口角炎
6. 隣在歯(銀歯脱落、歯質破折、知覚過敏、歯髄炎)
7. 抜歯後感染
8. 神経麻痺

親知らずの治療に関してはかかりつけの歯科医院で相談してください。

北斗病院口腔外科で対応させていただく場合には、かかりつけ歯科医院からの紹介状をお持ちになり、事前の予約が必要になります。



北斗病院での受診を希望される方へ

北斗病院の歯科口腔外科を受診希望の際は、お近くのかかりつけ歯科クリニックからのご紹介状が必要です。また原則予約制となります。治療をご希望の方、緊急を要する方も、まずはじめにお電話にてご連絡ください。

北斗コールセンター Tel 0155-48-8000

手術室で



親知らずの治療法～ 全身麻酔下での口腔外科手術

口腔外科手術のうち、局所麻酔下の手術が困難な場合は静脈麻酔あるいは全身麻酔下で手術をおこないます。歯科治療においても、歯科治療に対する恐怖心が強い、吐き気が強い、通常の意識下の治療が困難な場合などでは静脈麻酔あるいは全身麻酔下で治療をおこないます。通常、入院での治療となります。

参考例 全身麻酔下での親知らずの抜歯（2泊3日のコース）
 1日目 午後：入院
 2日目 午前：手術
 3日目 朝：退院



親知らずの治療法～静脈麻酔下での口腔外科治療

親知らずなどの埋伏歯抜歯、難抜歯など侵襲の高い治療を受ける方、歯科治療恐怖症、緊張が強い方、吐き気が強い方、高血圧や不整脈等をお持ちの方を対象に、外来の診察室で静脈麻酔下治療をおこなっています。

特徴 1

腕の静脈に点滴をとり、緊張をほぐす薬剤と鎮痛剤を少しずつ流します。緊張

感がほぐれリラックスした状態で局所麻酔をおこない、手術や処置を開始します。

特徴 2

通常の治療よりも楽な気分が経過、安心して治療を受けられます。

特徴 3

術後1～2時間ほど病棟のベッドで休んでいただいてからの帰宅となります。（お迎えが必要になります）

診察室で

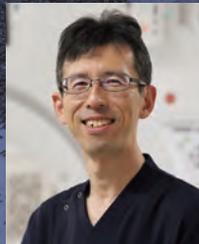


抜歯術に対する私たちの取り組み

埋伏歯抜歯は日常もっとも頻繁におこなわれる口腔外科手術です。全身麻酔下の抜歯はもちろんのこと、外来診察室でおこなう静脈麻酔、局所麻酔下の抜歯においても手術器具、切削注水装置は完全滅菌し、術者・アシスタントともに滅菌ガウン・グローブを着用、良質な医療を心がけています。また、術前・術中・術後を通して快適で苦痛のない治療を目指しています。

強い磁気で画像化する MRIのお話し

医療機関を受診しX線撮影等の検査を行う際に、部位によって更衣やアクセサリ類を外して下さいと言われた経験はあると思います。これは、検査を行う部位にアクセサリやズボンのベルト等があると画像が見にくくなり診断に支障を来してしまうためです。



診療画像科 主任
山本 大介

診療放射線技師は医師の指示の元、X線撮影、CT検査、MRI検査、骨密度検査・PET検査やがんの治療に用いている放射線治療装置を取り扱っています。業務の多くが画像診断器装置を用いて、医師が診断するための画像の撮影や3D画像等の画像作成となります。

MRIで使用される「強い磁気」

今回はMRI検査で気をつけるべき物の一部を紹介致します。MRI装置は「強い磁気」と「電波」を利用し目的とする部位を画像化します。この「強い磁気」は日常生活では体験できない磁気の強さです。2021年に韓国の病院で、装置からは2m離れた場所に置かれた大きな酸素ボンベ（高さ128cm、周囲76cm）が装置内に吸い込まれ検査中の患者が挟まれ死亡した痛ましい事故が発生しました。大きく重い酸素ボンベが吸い込まれる程の磁気の強さなのです。（YouTubeで「MRI 吸着」と検索してみてください）

（注）MRI検査室内に金属製のものを置くことは禁止されています。



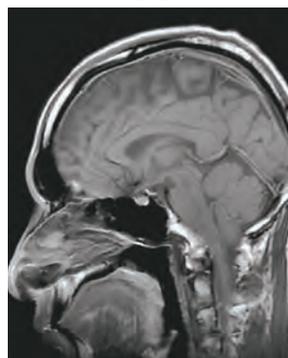
仮に補聴器や時計を入れた場合は

酸素ボンベが吸い込まれる程の強い磁気の中での検査のため、患者さんが検査室内に持ち込み禁止な物を身につけていないかの確認作業を慎重に行います。装置内に補聴器や時計等を入れてしまった場合、強い磁気のせいで補聴器等が故障する可能性が高いです。財布はどうでしょう？キャッシュカード等は磁気部分が使用不可能になる為、再発行の手続きが必要になってしまいます。ズボンのポケットの中に鍵が入ったまま装置内に入った場合は？鍵は勢いよく飛び出し、装置に衝突します。この際に装置が損傷してしまうこともあります。飛び出す方向によっては装置内に寝ている自分自身の体に当たり怪我を負う可能性があります。

意外な「ダメ」なもの

このようなものも駄目なの？というものを紹介します。スプレー式白髪染め、増毛スプレーやパウダーです。染料に「酸化鉄」が含まれている場合があります。これらのスプレーを使用した状態で検査を実施した場合、撮影される画像が乱れます。頭部についているパウダーが装置内に飛散し、装置が使用できない状態になる可能性もあります。

正常な画像



乱れた画像



アクセサリ系もNG



他にもカラーコンタクト、マグネット式つけまつげ等も注意が必要です。マグネットネイルは色が変化する可能性があります。MRI検査を受ける方は、軽装でアクセサリ類はつけないほうが安心・安全です。

MRI検査前には、検査時の安全のためのチェック用紙に記載して頂く事項があります。皆さんの検査時の安全や、装置の故障等を防ぐために必要な事となりますのでご協力をお願いいたします。

おおた内科循環器クリニック

身近に感じてもらえるクリニックを目指して



おおた内科
循環器
クリニック
HP

院長 太田 英喜 先生

当クリニックでは内科全般の診療の他、高血圧や狭心症・不整脈・心不全などの循環器系(心臓)疾患および、糖尿病や脂質異常症、メタボリック症候群、動脈硬化疾患などの生活習慣病の治療を行っております。また、人工透析センターも併設し、より一層地域の皆様の健康増進につながる医療を目指しております。



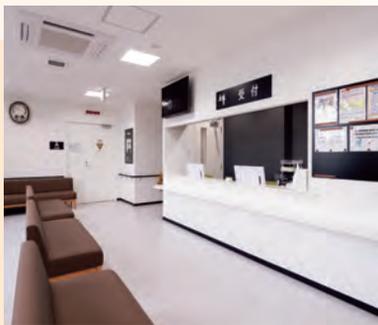
内科



循環器内科



人工透析内科



【太田院長 Profile】

- 2004年 札幌医科大学医学部卒業
- 2011年 JA北海道厚生連帯広厚生病院 循環器科
- 2018年 おおた内科循環器クリニック
- ・日本内科学会 認定医
- ・日本循環器学会 専門医
- ・日本透析医学会 専門医

【当院で受けられる検査】

- ・血液検査・尿検査・心電図
- ・ホルター心電図・レントゲン
- ・エコー検査(頸動脈、甲状腺、心臓、腹部)
- ・ABI(動脈硬化検査)
- ・簡易 PSG(睡眠時無呼吸の検査)

【設置物】

フリー Wi-Fi

【お支払方法】

- ・現金・各種クレジットカード
 - ・電子マネー・コード決済
- 詳細はお問い合わせください



当院の人工透析について

当院の透析治療は全台最新型のオンラインHDFを採用しています。最もきれいな透析液である高純度(ウルトラピュア)の透析液を使用しています。嚴重に水質管理された透析液で合併症の改善、予防をします。



おおた内科循環器クリニック

帯広市柏林台中町2丁目2番地8 TEL 0155-66-7152

予約なしで受診可能です

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:45~12:00	●	●	●	●	●	●	休診
お昼休み							
13:30~17:00	●	●	●	休診	●	休診	休診
17:00~17:45	●	休診	●	休診	休診	休診	休診

休診日/毎週木・土曜日の午後、日曜日、祝日





File 004 郷土料理の日 沖縄県編

老健かけはし

入所者様に普段とは雰囲気の違いをお食事を楽しんでもらうために、郷土料理の日を始めました。昨年で47都道府県全て実施しましたが、好評であったため今年度も実施することになり2週目突入となりました。

エネルギー 533kcal
たんぱく質 20.5g
塩分 2.3g

お品書き

- ジューシー
- 麩のチャンプル
- 人参しりしりサラダ
- マンゴー



2024年
(令和6年)
4月26日
(金)

保健師 コラム

その1

睡眠について

～より良い睡眠習慣のために～

この時期は季節の変わり目や環境の変化で眠れない方も多いのではないのでしょうか？みなさんは眠れていますか？厚生労働省によりますと、睡眠は健康増進・維持に不可欠な「休養活動」となっており、睡眠の悪化が、様々な病気の原因になるといわれています。ちなみに毎年3月5日は世界睡眠デー（World Sleep Day）となっており、世界的にも睡眠の重要性がうたわれています。睡眠は時間だけでなく、睡眠休養感（睡眠で休養がとれている感覚：睡眠の質）も重要です。良い睡眠習慣を得るためには、以下の習慣がおすすめです。

- ① 就寝2時間前迄に入浴し体を温める。
- ② 眠くなってから布団に入る。（無理に寝ようとするしない）
- ③ 休日も一旦いつもの時間に起きて、昼寝（2時間以内）を活用する。
- ④ 日中に運動をする。
- ⑤ スマホは寝る数時間前から画面の明るさを暗めにし、寝る直前には見ない。
- ⑥ 夜遅くのカフェインの摂り過ぎに注意する。
- ⑦ 寝酒はしない。

ぜひ、何か1つでも試してみてくださいはいかがでしょうか。自分に合った方法を見つけられ質の高い睡眠習慣を得られると良いですね。



星のひろば 通信

Vol.3

園芸療法 種まき

5月のこの時期になると農家や家庭菜園をされる方の中で、「鳴いた？」「まだだよ」などといった会話が交わされます。それは「カッコウが鳴いたら豆をまけ」と昔からの言い伝えがあるからです。春遅くに渡来するカッコウは日本では「夏をつげる鳥」として昔から親しまれ、農作業の開始の合図とされていました。

園芸療法プログラムも5月の作付けに向けて、3月から種蒔きが始まっています。野菜や花の種は胡麻粒やそれよりも小さく、この小さい種から本当に芽が出来るのだろうかかと不安と期待が入り交じった、なんともいえない気持ち



HOSHI NO HIROBA

自立支援事業部 中野麻衣子
(ガーデナー/園芸療法士)



【花看板完成】

ガーデナーズクラブの皆さんと花看板を作りました。星の庭の散歩を楽しんで頂ければと思います。

をもって参加者の皆さんは作業されます。無事に芽が出たことを確認すると安堵され、次に「何にして食べようか」「〇〇にして食べたいな」などと言い、植物の成長への期待や楽しみが生まれます。

今年の野菜や花たちはどうでしょう、順調に育ってくれるのでしょうか。たくましく育ってくれることを祈りながらも、こればかりはその年の天候状況にもよるので正直わかりません。でも、そこがまた園芸の醍醐味でもあります。今年もみなさんと植物の成長を見守りながら、大切に育てていきたいと思えます。



北斗病院・十勝リハビリテーションセンター
パーキンソン病へのアプローチ

LSVT® LOUD/LSVT® BIG

十勝リハビリテーションセンターでは2023年6月から外来リハビリにおいて、パーキンソン病患者様へのリハビリに発声練習方法のLSVT® LOUDと動作練習のLSVT® BIGを導入し、現在まで8人の患者様に実践いたしました。



パーキンソン病について

パーキンソン病は身体のふるえ、動作がゆっくりになる、筋肉がたかくなり動かしにくくなる、転びやすくなる等の症状を特徴とする病気で、高齢になるほどかかりやすくなるといわれており、世界的にも患者数が増えています。原因は未だに解っておらず、日本では難病に指定されています。主な治療は投薬治療となりますが、運動機能や日常生活レベルを維持するためにはそれと併用し、早期からのリハビリテーションが有効と報告されています。



LSVT® とは

米国で開発されたパーキンソン病に特化したリハビリの方法で4週間の間、集中的にリハビリを実施するプログラムとなっています。対象としてはパーキンソン病の症状が軽度から重度の方まで幅広く対応可能とされていますが、特に日常生活が自立されている方への効果について多くの報告がされています。

LSVT® LOUD



LSVT® LOUD は、声の大きさに焦点を当てたトレーニングを行い、声を大きく出す習慣を身につけて、日常生活の改善を目指します。

LSVT® BIG

LSVT® BIG は、身体の動きの大きさに焦点を当てたトレーニングを行い、集中して大きな動作を繰り返す、日常生活動作の改善を目指します。



LSVT® の効果について

リハビリの効果としてLSVT® LOUD については発話明瞭度や、摂食嚥下障害の改善、LSVT® BIG に関しては歩行や日常生活動作の改善に効果が高いと報告されています。LSVT® を実践するには講習会を受講し、認定を受けたセラピストが必要ですが、当法人には現在、理学療法士2名、言語聴覚士2名の認定セラピストが在籍し、対応に当たっています。また、高頻度の通院が難しい方にも対応できるよう、北斗病院では2024年2月から入院でLSVT® が実施できる体制も整え、現在までに2名の患者様が利用されました。現在、患者様の希望や身体機能にあわせて入院・外来リハビリのどちらで対応するか検討するとともに、LSVT® または通常リハビリでの対応を検討しております。

私たち独自の取り組み

当法人独自の取り組みとしては、患者様自身にリハビリの効果を実感してもらうために、歩き方やバランスの状態を専門の機器などで測定し、その評価結果を患者様にわかりやすい形でお伝えしています。評価は開始前、終了時、その後は3ヶ月毎に実施し、プログラム終了後も定期的な評価を継続させて頂き、その結果を踏まえ、リハビリの再開などを検討させて頂いております。

リハビリ回数・期間について

- 週4回以上の1回リハビリを4週間(計16回)実施
- 1回のリハビリは1時間
- 自主練習はリハビリ実施日は1回、実施していない日は2回実施
- 外来での通院が難しい場合、北斗病院に入院して行うこともできます。

リハビリ内容

LSVT® LOUD の主な内容は声の大きさに焦点を当てたプログラムを定められた回数で、高い努力の元を実施する内容となっています。

LSVT® BIG の主な内容は運動の大きさに焦点を当て、身体を大きく動かす動的ストレッチを中心とした基本運動プログラムと日常生活動作を練習課題とした課題動作練習が主体となっています。

双方ともにリハビリ内容を補完する形で自主練習メニューがあり、自主練習は20～30分の内容を毎日実施することが必要です。

今後の展望としてはより多くのニーズにお応えできるようLSVT® の受講者の増員を予定しています。パーキンソン病患者様で話しにくさや思うように身体が動かないことを感じられており、当法人でのリハビリに関心がある方は是非一度ご相談ください。

【お問い合わせ】 十勝リハビリテーションセンター Tel0155-47-5700 理学療法士 斉藤 貴志





臨床研修センター長
(臨床研修プログラム責任者)
金藤 公人

2011年から臨床研修生を受け入れ開始

北斗病院では、中国医科大学（遼寧省瀋陽市）との連携により、同大学医学部日本語コースの学生を中心に2011年から臨床研修生を受け入れています。私もこれまで数回、瀋陽を訪問し、現地で医学生達に説明会をしたこともあります。臨床研修生は「中国の医師免許を取得し、かつ日本語N1検定に合格し、日本の医学部の教育プログラムに相当する教育を受けたことを証明できる審査にパスした、将来日本の医師資格取得を志す人」が条件で、北斗病院がサポートしながら国家試験合格を目指します。これまで15名以上の中国人臨床研修生が当院に在籍し、うち13名が日本の医師免許を取得し、現在うち10名が日本各地で医師として活躍中です。

張先生 晴れて今春、日本の医師免許を取得

私は全員と公私共々深く関わってきましたが、中国語は全く話せません。張 順利先生は、2022年夏に来日。日本語診療能力テストや医師国家試験をパスし、晴れて今春、日本の医師免許を取得。北斗病院の初期研修医として採用されました。日本語クラスに在籍したとはいえ、日本語はかなりあやしい状態だった彼女が、全く右も左もわからない帯広にやってきて、私の外来診察を見学したり、患者さんの皆さんに協

力を頂いて問診や診察の練習をさせて頂いたりし、国家試験に合格しました。想像してみてください、母国語ではない言語で、難関の国家試験に挑戦する難しさを！でも、彼女の挑戦は未だ始まったばかりです。中国で医師資格を取得していたとはいえ、ほとんど臨床経験がありませんので、日本語を正しく理解し、患者さんが何を求めて受診されたのか、どこに問題があるのかなど的確に把握するには今後も人一倍の努力が必要です。1人で夜中まで黙々と勉強を続け、合格した根性はあつぱれとしか言いようがありません。彼女のこれまでの頑張りに敬意を表するとともに、今後もこのガッツで北斗での研修を頑張って、一人前の良い医師になることを祈念しています。



自宅で中国人研修生・研修医とBBQ

毎日の暮らしに「ちょっといい」医療のお話



Hokuto Medical Column Vol.2

お熱のはなし
～熱が出たら気をつけること～
小児科シリーズ その1



小児科子ども総合センター
副センター長
西村 洋一

お熱がでる意味

～伊達に熱が出ているわけじゃない～

夜熱が出ると不安ですよ？いつも行っている病院は開いていないし、夜間急患センターは混んでるし…。熱が出るということは悪いことでしょうか？熱は、人がウイルスや、ばい菌から体を守ろうとして出すものです。熱が高い状態では、ウイルスの増殖が抑えられ、抗体の産成や、病原体を攻撃する白血球の機能も高まります。結果感染症は治まっています。熱は必ずしも悪いものではありません。

こどもの平熱

～これって、微熱？高熱？平熱？～



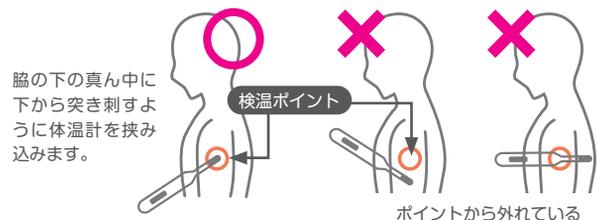
大人では37℃を超えると熱って考えますよね？子供では、平均体温は乳児/36.3～37.4℃、幼児/36.5～37.4℃、学童/36.5～37.3℃で性別、時刻、季節（外気温）、運動、入浴などで変動します。ですので、37.5℃以上が持続するときは熱があると考えて下さい。もちろん、個人差があるので、季節ごとに1日4回（朝、昼、夕、寝る前）体温を測りお子様の普段の平熱を把握しておくくと便利です。

お熱の測り方

～電子体温計が楽だけど…～



お熱には中枢温と末梢温があります。中枢温は末梢温に比べて0.5～1℃高くなります。中枢温は主に直腸で測りますが、新生児以外では測りにくいので、末梢温のわきの下で測るのがお勧めです。まず、汗を拭いてから、わきの下の真ん中に、下から突き刺すイメージで体温計をあてて下さい。



電子体温計では、10秒で予測値が出ますが多少ずれます（±0.5℃）。10分あてれば正確な値が出ますが、動く子供に10分間当て続けるのは不可能（少なくとも自分の子供では…）なので、できる範囲で長めにあてましょう。

次回は「解熱剤の使用法」「発熱時の看病」「病院受診のタイミング」についてご紹介いたします。

院長 退任のご挨拶

社会医療法人 北斗
副理事長 井出 渉



2003年7月1日より院長を務めて参りましたが、2024年3月31日をもって院長を退任させて頂きました。長きにわたり地域の皆様をはじめ近隣の先生方に支えられ、何とかここまで継続する事ができました。心から感謝申し上げます。これからは副理事長職に専念いたしますが、診療は継続いたしますので、今後とも変わらぬご厚誼をどうぞ宜しくお願い申し上げます。



3月29日
本田つき子参与から
花束の贈呈

令和6年度 消防症例検討会

当院ではとちち広域消防局管内及び近隣の消防署、支署へ医師が出向き、救急隊員の知識向上及び技能向上を目的とした症例検討会を開催しております。この数年、新型コロナウイルス感染症により開催を自粛しておりましたが、令和5年度より本格的に再開し19支署362名の消防隊員の皆様にご参加頂きました。脳神経外科・心血管外科に搬送された実症例について、通報から当院搬送までの経過・処置・観察結果の報告を受けた後に当院医師より治療や経過について説明を致しました。質疑応答ではより良い搬送や対応についても助言をさせて頂いた他、当院医師との意見交換をさせて頂いております。当院では、30年前の開院当時より夜間休日を問わず救急受け入れを行って参りました。今後も地域に必要と思われる医療機関であり続けられるよう、本活動を継続して参りたいと考えております。



4月21日/ 帯広脳外傷友の会 コロポックル道東が 講演会を開催

高次脳機能障害とリハビリテーションについて十勝リハビリテーションセンターの齊藤匠真 公認心理師が講演。脳外傷当事者や家族ら約30人が参加しました。



雑誌掲載

坂東伸幸医師らのグループによる 研究結果が海外医学雑誌に掲載

北斗病院ではこれまで次世代シーケンサーという最先端の機器を導入し、がん遺伝子を解析してきました。坂東伸幸副院長ら頭頸部外科医師と腫瘍医学研究所のメンバーからなるグループは、甲状腺がんにおいてがん遺伝子変異が重なること、がんが広がりやすい性質に変化することをつきとめました。従って、がん遺伝子の状態を調べることで、より適切な治療をおこなうために重要になってきます。これからも北斗病院で解析された研究成果を患者さんにフィードバックするとともに、世界へ向かって発信し続ける予定です。



北斗病院 副院長
頭頸部腫瘍 センター長
耳鼻咽喉科・
頭頸部外科 部長
坂東 伸幸

Bandoh N, et al. BRAF V600E mutation co-existing with oncogenic mutations is associated with aggressive clinicopathologic features and poor prognosis in papillary thyroid carcinoma. Asian J Surg 47(1):413-9. 2024

論文掲載

Japanese Journal of Comprehensive Rehabilitation Science 第15巻



【題名】 AIにより回復期リハビリテーション病棟入院時に脳卒中患者の歩行自立を予測できるか

十勝リハビリテーションセンター
理学療法科 科長
小野 圭介

Keisuke Ono, et al. Can AI predict walking independence in patients with stroke upon admission to a recovery-phase rehabilitation ward? Jpn J Compr Rehabil Sci 15: 1-7, 2024

4月1日/2024年 新入職員オリエンテーションを開催!



85名の新入職員を迎えて、4年ぶりに対面でオリエンテーションを開催しました。外部講師の松宮清氏による交流グループワークを通して、職種を越えた新入職員同士のコミュニケーションを深めました。



腰痛予防で、健やかな職場環境づくりを！銀メダル施設に認定



北斗病院と十勝リハビリテーションセンターは日本理学療法士協会と協力し、「職場における腰痛予防宣言」の活動に積極的に取り組み、目標を達成したことが認められました。



ご意見を募集しています

当院の広報や情報発信（広報誌やホームページ等での情報発信）について、ご意見や要望等を募集しております。皆様から寄せられた声は、今後の広報活動の参考とさせていただきます。



ご意見・ご要望
入力フォームは
こちらから

十勝リハビリテーションセンター

公益財団法人 日本医療機能評価機構病院機能評価※1にて
4つのS評価※2を獲得しました。

2024年4月認定



十勝リハビリテーションセンターでは、2023年12月18日（月）と19日（火）の2日間にわたり、初回の審査<3rdG: Ver.2.0>を受審。2024年4月に一定基準を満たした病院として病院機能評価の認定を受けました。また以下の項目でS評価「秀でている」を獲得しました。

- 1.5.4 倫理・安全面などに配慮しながら、新たな診療・治療方法や技術を導入している
- 2.2.18 作業療法を確実・安全に実施している
- 3.1.5 リハビリテーション機能を適切に発揮している
- 4.2.4 職員にとって魅力ある職場となるよう努めている

今後も地域に愛され、必要とされる医療機関を目指し、一層努力していきたいと考えています。



※1：患者さまの命と向き合う病院には、その医療の質を担保するために備えているべき機能があります。国民の健康と福祉の向上に貢献することを目的とする公益財団法人として1995年に設立された日本医療機能評価機構は、病院が備えているべき機能について、中立・公平な専門調査者チームによる「病院機能評価」審査を行ない、一定水準を満たした病院を「認定病院」としています。

※2：S、A、B、Cの4段階で評価されます。



社会医療法人
Social medical corporation

北斗

Instagram Facebook YouTube

hokuto_hospital

hokutoo7

@HokutoTV



■関連施設

北斗病院 (帯広市)
北斗クリニック (帯広市)
十勝リハビリテーションセンター (帯広市)
サービス付き高齢者向け住宅 あやとり (帯広市)
十勝自立支援センター介護老人保健施設 かけはし (帯広市)
ほくと自立支援ホーム/カンタキあおぞら (帯広市)

認知症対応型共同生活介護グループホーム あおぞら (帯広市)
上士幌クリニック/介護老人保健施設かみしほろ (上士幌町)
新得クリニック (新得町)
熊谷総合病院 (埼玉県熊谷市)
HOKUTO画像診断センター (ロシア・ウラジオストク)
HOKUTOリハビリテーションセンター (ロシア・ウラジオストク)

すべてのお問い合わせ ☎0155-48-8000〈北斗コールセンター〉

Social medical corporation HOKUTO

HOKUTO SEVEN

Vol.119 2024.05
2024年5月15日発行

発行:社会医療法人 北斗
発行人:鎌田 一

責任者:久保田 亨
編集長:伊藤 慎