

新年のご挨拶

浜松労災病院

院長 梶原 建熙

明けましておめでとうございます。皆様にはご健勝にて新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

浜松労災病院も昨今の厳しい医療状況の中で、地区の住民の皆様にも頼られる第1の病院となるべく様々な取り組みをして参りました。昨年は病院機能評価審査受審を始めとし、放射線部門とリハビリ部門の新棟への引っ越しと最新装置の導入、化学療法科と外来化学療法室の設置、DPC準備病院へ参入、セカンドオピニオン外来の設置、また新病院へ向けての新オーダーリングシステム導入への準備などどれを取っても基幹病院として機能上欠くことの出来ないものです。

今、産科や小児科での医師不足がマスコミに大きく取り上げられ、4月からの診療報酬改定ではこの点に重点が置かれ改正されるようですが、実際の医療現場では病院の中核を担うべき内科医も外科医も不足し、どの科をとっても勤務医の負担は過重でそろそろ限界に来ているというのが実態でしょう。これは新研修医制度により医師の偏在傾向が著明になったこととそれに加えて、特に入院期間の短縮すなわち在院日数を減らせという医療行政上の至上命令が病院内の仕事量を急激に増加せしめたため、結果として勤務医の疲労蓄積・退職という最悪の事態を引き起こしてしまいました。残念ながら当労災病院もここ数年間の間にいくつかの科での常勤医の不在や休診せざるを得ない診療科が出現し、住民の皆様や開業医の先生方に多大なご迷惑を掛けて参りました。

しかし、この病院は平成21年秋には312床の新病院として生まれ変わります。この新しい病院では労災病院として勤労者医療に率先して取り組むことは勿論ですが、今外来診療のみとなっている科を含め総合病院としてふさわしく診療科の充実を図り、より一層住民の皆様のご要望に答えられるべく努力して参りたいと思っております。本年はいよいよ新病院に向けての体制作りの最終準備段階に当たります。このため様々な点でなおご迷惑を掛けることがあろうかと思えます。その都度ご指摘を頂ければ幸いです。

昨春、病院のシンボルフラワーとして公募の上タンポポを選びましたが、これはどこにでもあるタンポポのように病院が地域にしっかりと根付いて成長してゆけるよう願ったものです。今年は鼠年、鼠が塩を引くように少しずつ少しずつ着実に浜松労災病院が皆様の生活の一環に組み込まれ溶け込んでゆくことを祈っております。

本年も何卒よろしくお祈り申し上げます。



◎勤労者（保健医療従事者）の腰痛に対するリハ科の取り組み

高齢社会にむけて、増大する医療・福祉ニーズを充足するため保健医療従事者の需要は益々増加しています。一方、業務に関連した腰痛の有訴率は高く、社会問題化されてきています。そこで当院リハ科（リハセンター）では、勤労者（保健医療従事者）の腰痛調査と予防対策に取り組んでおり、その内容について、簡単にご紹介させていただきます。

静岡県内の介護保険施設に勤務する、介護職員389名（男性12%、女性88%、平均年齢33.4歳）に対する腰痛調査では、就職後の腰痛経験者は89%でした。また腰痛発症時期については、就職後2年以内：61%、2～3年：21%であり、腰痛予防に関する教育・指導に関する質問では、59%が受けたいと答えていました。腰痛の治療については、病院：17%、針灸整骨院など：19%、治療無し：64%となっていました。さらに県内の理学療法士138名（男性57%、女性43%平均年齢：26.4歳）に関する同様の調査では、就職後の腰痛経験者は：83%となっており、腰痛発症時期は、就職後2年以内：72%、2～3年以内：3%でした。腰痛予防を目的とした個人レベルの対策内容は、腰痛体操25%、柔軟体操・ストレッチ：53%、筋力トレーニング：26%、装具着用：12%となっており、日頃から、柔軟やストレッチを自主的に行なっているケースが多くみられました。

これらの調査結果より、保健医療従事者の8割以上が腰痛を経験しており、その多くは就職後、2～3年以内で発症していることが明らかになりました。そこで当リハ科（リハセンター）では、保健医療従事者に伴う腰痛有訴率の高さと仕事を始めて2～3年で発症している傾向を認識し、可及的早期介入が必要と考え、保健医療従事者養成学校の学生を対象とした腰痛予防のための講演・指導を実施しています（図1、2）。また中央労働災害防止協会による、

「職場における腰痛予防の推進」を参考に、各施設を対象とした腰痛予防に関する労働衛生教育のための講義、講演を準備しています。さらに現実的には、再発防止や自分の腰を守る為の自己管理を、各自で実践していくことが、予防対応策になると思われ、実技を重点的に取り込んで指導しています。もし興味のある方はご一報いただくと出前指導に参ります。宜しくお祈り申し上げます。

（リハ科・勤労者リハセンター 戸渡，平嶋）



腰痛予防の実技

