

『隠れ脱水』に要注意！！

コロナ禍で外出する機会が減りましたね。いつもなら徐々に身体を暑さに慣らしていく時期に、家にこもっている時間が長く、汗をかいて体温を調節する機能がなまっているかもしれません。さらに活動量の低下で、本来は水分を蓄えてくれる筋肉量も減っており、どうしても脱水傾向になります。

高齢の方は、加齢によって脳の「口渴中枢」が衰えて口渴感が鈍っているほか、気温や湿度などの環境を認識できなかつたり、発汗機能も衰えているなど、自分では脱水に気づきにくいのでさらに注意が必要です。

おしえて！看護師さん！
～『熱中症』対策～



とこいちの看護師に、コロナ禍での熱中症対策を教してもらいました！



「日射病」と呼ぶことが多かったせいか、外で日光を浴びている人だけがなる病気と考えている方もいますが、暑い室内で熱中症になる場合もあります。熱中症とは、体温調節の仕組みがうまく働かなくなり、「脱水」と「高体温」が起きた状態をいいます。

①熱中症の主な症状

熱中症の初期症状には、めまい、こむら返りなどがあり、このような症状がある場合はすぐに涼しい場所で水分と塩分を補給してください。

症状と重症度

- I度：めまい（立ち眩み）、こむら返り
- II度：頭痛、吐き気、倦怠感、体に力が入らない
- III度：意識障害（呼びかけや刺激への反応がおかしいなど）、けいれん、まっすぐに歩けない、高体温

②コロナ禍の生活での注意点

マスクを着用しているとのどが渴いたことに気づきにくいいため、のどが渴いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
※気温や湿度が高いときは特に注意をしましょう。

自宅で過ごすときは…

- ・室内ではエアコンや扇風機を使用し、温度調節をしましょう。
- ・換気を行い、風通しを良くしましょう。
- ・こまめな水分補給をしましょう。

③予防・対策 3密を避けながら熱中症対策を行いましょう。

- ・暑さを避ける（自宅ではエアコン、扇風機をつける）
- ・暑さに備えた体づくり
- ・毎日適度な運動（ウォーキングなど）
- ・こまめな水分補給
- ・3密を避けマスクを外し体感温度を下げる
- ・規則正しい生活と3度の食事

整形外科疾患におけるMRI検査について

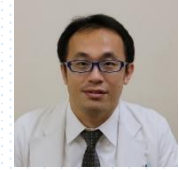
整形外科部長 永井 悠



MRI検査って
どんな検査ですか？



柔らかい組織の描出が得意な
画像検査です！



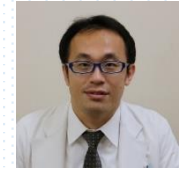
MRIは柔らかい組織（脂肪、筋肉、神経など）の形状の描出を最も得意とする画像検査です。そのため骨、筋肉や靭帯等を対象とする整形外科疾患の診断には、MRI検査がかかせません。なぜならばレントゲンやCTで骨折の有無や状態を把握できますが、筋肉、靭帯や軟骨の損傷はMRIでないとわからないからです。

例として軟骨成分が病変である腰椎椎間板ヘルニアや靭帯成分が病変である関節靭帯損傷はレントゲンやCTのみでは診断が不可能であり、MRIを用いて病変を描出することで診断確定となります。

どんな時にMRI検査
をするのですか？



レントゲンやCTのみでは診断が不可能な
腰椎椎間板ヘルニアや関節靭帯損傷などを
診断するためです。



また骨折でもずれのない場合、レントゲンやCTでも診断できないことが多くMRIで初めて診断できたケースが多くあります。

MRIによって保存療法で経過観察していた打撲、捻挫が実は手術が必要な骨折、靭帯断裂であったと180度話が切り替わることも実際の臨床の場で体験いたします。

以上のことから当院整形外科外来では症状の原因究明のために積極的にMRIを施行しております。ただの腰痛でも癌や大動脈解離などの致死的な疾患が予期せぬ形で見つかることが多く一分一秒を争う自体にもMRIは患者様にとっても有益な画像検査と確信しております。

また既往に腎機能障害や喘息のある患者様以外には造影剤を用いた造影MRIがおすすめです。

造影剤を使用することで腰椎ヘルニアの場合、自然消失が見込めるかどうかの判断や腫瘍性病変の場合、良性か悪性かの判別が容易となります。

MRIは磁場を利用した画像検査であり、放射線被ばくはまったくありません。

ただしペースメーカーや脳動脈クリップのある患者様には撮影はできませんのでご了承ください。

とこいちのMRI検査はストレスフリー！

『1.5T-MRI VintageOrion』というハイスペックなMRI検査機を導入しました。通常のMRI検査機に比べ、開口部が71cmと広く圧迫感が軽減されており狭いところが苦手な患者様にもリラックスして検査を受けていただけます。また、撮像音、検査音が大幅に低減しており、音がうるさいと感じるストレスが軽減されます。



MRI検査って
狭くて怖いです…
音もうるさいし…

心配いりません！
最新鋭のMRI検査機
を導入しました！

