

# 雪わり草

安曇野赤十字病院広報誌



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

2025 71号

## Contents

- 01 院長新年のご挨拶
- 02 大腿骨折後の二次性骨折予防の背景と当院の取り組み
- 03 大腿骨折後の二次性骨折予防の背景と当院の取り組み
- 04 トピックス



表題（愛称）雪わり草

冬の厳しさに耐え  
春の訪れを告げるように  
雪を割って可憐な花を  
咲かせる雪わり草。  
この小さな花の希望を持って  
逆境に耐え抜く力強さを  
紙面に載せ、地域の皆さまへ  
お届けしたく  
「雪わり草」と名付けました。  
花言葉：忍耐・信頼・はにかみやなど

## 写真解説

冬の使者コハクチョウ ～力強さと優雅さ～

4000 キロもの遠距離を飛び越え、シベリアから越冬地として安曇野遊水池に飛来したコハクチョウ。大きな羽根を美しく弧を描く姿は、寒さにも負けないコハクチョウの力強さと優雅さが魅力的に描写されており、まさにその瞬間を捉えた作品です。



## 新年のご挨拶



院長 木下 修

新年あけましておめでとうございます。

今年は乙巳年です。「乙」は困難があっても紆余屈折しながら進むことや、しなやかに伸びる草木を表し、柔軟性と適応力を象徴しております。巳年は「再生と変革」の年とされ、新しいことを始める年と言われております。この2つの組み合わせである「乙巳年」は、芽吹きが成熟し、転機を迎える好機の年です。固定観念にとらわれず、新しいことに挑戦していきましょう。

当院では職員の働き方改革を進めます。ハラスメントのない職場、ストレスのない環境、人道と博愛の赤十字らしい病院に変革します。赤十字プラザ（1階総合受付前ホール）で音楽コンサートや健康体操、お薬の話、栄養相談、認知症対策、骨折予防などの健康講座を開催し、市民が気軽に立ち寄れる安曇野地域の健康パワースポットにします。

今年もよろしくお祈りいたします。

# 大腿骨骨折後の二次性骨折予防の背景と当院の取り組み

## ・骨粗鬆症と骨折

骨粗鬆症とは、骨の量の減少や骨の質が劣化することで骨がもろくなり、骨折の危険が高くなる状態です。骨粗鬆症の患者数は1280万人と非常に多く、特に女性に多いことが知られています。骨粗鬆症があると、尻餅をついたり重いものを持ったり等の軽微な力が加わっただけで骨折を生じることがあります（脆弱性骨折と言います）。こうした骨折は、股関節部（大腿骨）、手関節部（橈骨）、背骨（脊椎）などの部位で生じやすいです。骨折を予防し、骨格の健康と生活の質の維持改善をはかることが、骨粗鬆症の治療・予防の目的です。



整形外科  
副部長 林 大右

## ・骨折の生活への影響

骨折・転倒があると、その後の生活への影響が非常に大きいことが知られています。骨折・転倒は要介護となる原因のうち、認知症、脳卒中に次ぐ第3位であることがわかりました。また、特に股関節（大腿骨）の骨折の場合、1年後に1人で歩行できなくなる患者さんが40%ほどおられ、1年の間に生命に関わる問題が生じる方も10～20%おられるとの報告もあります。単に体を動かすことが困難になるだけでなく、生命にも影響が及ぶことのある油断できない状態であると言えます。

## ・二次性骨折

以前に骨粗鬆症による脆弱性骨折をしたことがある患者さんに、新たに骨折が生じることを二次性骨折と言います。大腿骨の骨折の場合、以前に背骨の骨折をしたことがあると、その後の大腿骨骨折が7倍生じやすいと報告されています。また、大腿骨の骨折があると、反対側の骨折の危険性は男性で約9倍、女性で約6倍高くなるとの報告があります。このように、以前に骨折をしたことがある患者さんの場合は、再度の骨折が生じる危険性が高いため、骨粗鬆症に対する治療がより必要になると考えられます。

## ・二次性骨折予防における骨粗鬆症治療の効果

骨粗鬆症の評価のために行う骨密度測定の結果から見た場合、大腿骨の骨密度を6%改善させると、大腿骨骨折を生じる危険性は40%ほど低下する可能性があることが報告されています。骨粗鬆症治療を行うことで、二次性骨折を生じる危険性を減らすことが期待できます。

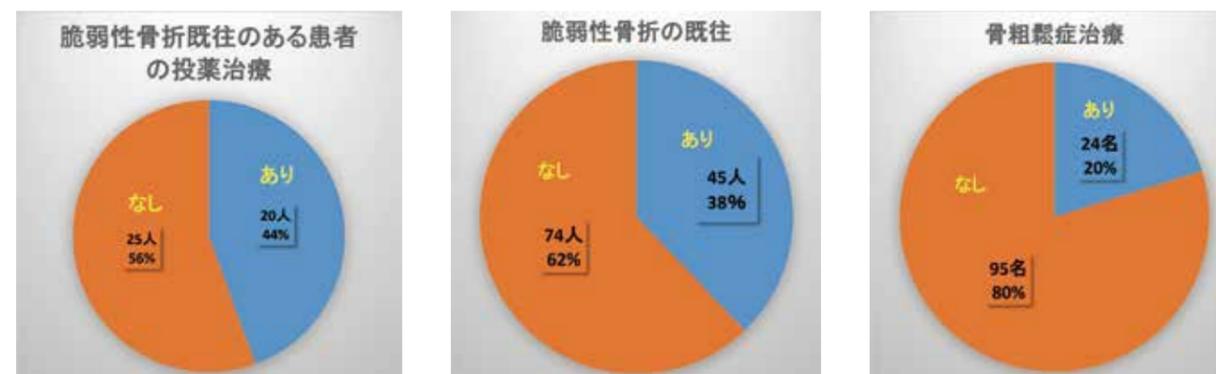
## ・二次性骨折予防の現状

二次骨折予防のために薬物治療が有効であるにもかかわらず、大腿骨骨折患者さんの退院後1年間の骨粗鬆症薬物治療は全国的に見て20%以下でしか実施されていません。また、一旦治療が開始されても、服薬を継続されている患者さんは1年後で75%、5年後で45%と、徐々に減少していきます。また、年代別では80歳以上の患者さんが最も継続されていないようです。

## ・当院で治療を行った大腿骨骨折患者さんの二次性骨折予防の現状

2023年の大腿骨骨折患者さんは119名で、受傷以前の脆弱性骨折が確認された患者さんは38%、既存の骨折の有無によらず骨粗鬆症の投薬治療を受けていた患者さんは20%でした。脆弱性骨折のある患者さん45名のうち、投薬治療を受けている患者さんは44%でした。まだまだ骨粗鬆治療が行われている患者さんは少なく、二次骨折予防が必要な患者さんにおいても半数以上に治療がなされていないのが現状です。

### 当院における大腿骨近位部骨折患者(2023年) 患者総数 119名(男性24名 女性95名)



## ・当院の二次性骨折予防の取り組み 二次性骨折予防チーム

二次性骨折予防に対する当院の取り組みとして、医師、看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、放射線技師、事務部で構成される二次骨折予防チームを結成しました。すべての新規大腿骨骨折入院患者さんに対し、検査・治療の開始および継続100%を達成することで、地域の患者さんの二次性骨折予防・健康寿命延伸に貢献すること、スタッフ全員が患者さんの全体像を把握し、職種間の連携を強化すること、地域の医療機関・行政機関や地域住民と一体となって二次骨折予防に取り組むことを目標としています。骨折を受傷し入院した患者さんは、急性期に全身の疾患や患者さんの生活背景の確認、投薬歴や転倒の危険性・運動機能の評価を行い、投薬治療を開始します。回復期には運動療法や投薬を継続すると共に、服薬・栄養指導を行います。並行して退院後の生活の準備を行います。その後、維持期には外来や診療所で、投薬の変更・継続や服薬状況の確認、運動機能の評価、画像検査の評価などを行います。このような治療の体制を整えることで、骨粗鬆症治療の継続を維持できればと考えています。

## ・かかりつけ医との協力

骨折の治療が一段落した後、当院への通院が様々な事情から難しくなり、骨粗鬆症治療の継続が困難になることもあるかと思えます。そのような場合、かかりつけの先生方に骨粗鬆症治療の継続をお願いしています（整形外科だけでなく、内科などの他科の診療所の先生方にもお願いしています）。治療経過をお伝えし、スムーズに移行できるようにしますので、ご希望される様であれば担当医にお伝えください。また、こちらから提案させて頂くこともありますので、その際はご検討ください。

## ・まとめ

大腿骨骨折は患者さんの生活・体の機能への影響が大きく、受傷後の二次性骨折予防が重要です。骨粗鬆症治療を早期に開始し、継続して行うことの必要性をご理解いただき、健康的な生活が送れるようお手伝いできればと考えています。

## トピックス

### 日本緩和医療学会緩和医療専門医試験に合格しました

緩和医療専門医は2024年12月1日現在、全国で361名。長野県内では11名しかいない専門医です。この度、当院の消化器外科部長の高山寛人医師がこの試験に合格しました。

今後は緩和医療専門医として、緩和ケアチームと共に、より一層、患者さんやご家族に寄り添い、お体や気持ちのつらさを和らげる為に積極的に関わって参ります。

緩和ケアチームでは痛みやその他の身体的な問題、心理的社会的問題等を早期に発見し、的確なアセスメントと対処を行う事によって、QOLの改善に繋げていきます。病気に対する痛みや不安だけでなく、例えば日常生活支援、社会的サポートの相談、家族ケア、看取り時の相談、アロマ外来など、総合的な医療ケアをチーム一丸となって対応しております。当院入院中・外来通院中の方で身体的・心理的に辛く、相談先にお困りの方は緩和ケアチームまでご連絡ください。



高山 寛人 医師

### EXPO2025大阪・関西万博に赤十字がパビリオン出展します

2025年4月13日から10月13日までの184日間にわたり、大阪 夢洲で大阪・関西万博が開催されます。赤十字は「国際赤十字・赤新月運動館」として出展、世界の人道危機に立ち向かう、使命とその想いを届けます。

赤十字パビリオンの最新情報は、特設ウェブサイト、公式SNSで随時発信。SNSへのフォローをぜひお願いします。

website X f i

©Expo 2025 日本赤十字社

大阪・関西万博に赤十字社がパビリオン「国際赤十字・赤新月運動館」を出展します。このパビリオンでは、世界の人道危機、そこに立ち向かい、立ち上がる人々の姿を描くヒューマンストーリーを、没入感の高い半球型ドームシアターで上映します。当院からも職員を派遣し、運営スタッフとしてパビリオンを盛り上げます。是非、会場で赤十字の使命と、人間のチカラを感じてみてください。

また、万博と赤十字社の歴史を学べるWEB企画展「万博と赤十字」を日本赤十字社のホームページ（赤十字WEBミュージアム）で公開中です。併せてご覧いただければ幸いです。

(<https://www.jrc.or.jp/webmuseum/>)

### 編集後記

本年も「雪わり草」をご一読いただきありがとうございます。  
昨年は元旦に能登半島地震が発生、8月の「南海トラフ地震臨時情報」初発表、9月には能登半島地震被災地での記録的大雨がありました。災害に対する備えを問われた1年であったと感じます。当院も日本赤十字社傘下の病院として、より一層、災害対応能力を向上させたいと考えます。被災された皆様に心よりお見舞いを申し上げますと共に、本年はどうか穏やかな年であって欲しいと願います。さて、この度、当院ホームページのリニューアルを行いました。当院を利用される皆様にご確認いただきたい情報を掲載しております。本紙とともにご覧いただければ幸いです。