

宇城・三角地区は熊本市内より早く過疎化、超高齢化が進んでいる。平均寿命が男性79.9歳、女性86.3歳となったが、長寿社会には多くの課題がある。病院に通ったり介護を受けずに自立した生活を送れる**健康寿命**は、男性70.4歳、女性73.6歳で、平均寿命より10年程短くなる。この介護や医療が必要な10年を支える壮年・若者世代の負担を軽くするために、高齢者も自分の健康は出来るだけ自分で守る事が必要である。整形外科は寝たきり老人を減らすために、**ロコモティブシンドローム**（略して**ロコモ**）という病気を提唱し、予防を訴えている。整形外科の病気や骨折で、骨や筋肉、神経が弱って寝たきりになる人は、1位の脳卒中の23.3%に次いで2位の21.5%にもなり、認知症の14.0%や衰弱の13.6%よりも多い。

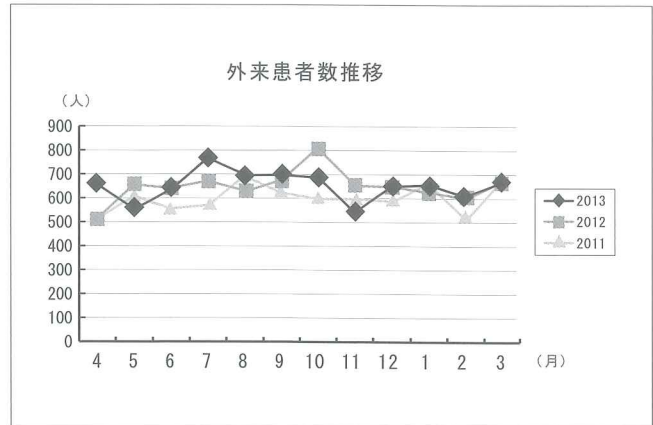
ロコモの原因には、加齢による筋肉の衰えや、関節や背骨の変形・老化がある。具体的には、**変形性膝関節症**や**腰部脊柱管狭窄症**、**骨粗鬆症**に伴う背骨や四肢の骨折で、膝や腰の痛み、手足の骨折が寝たきりになる原因。この寝たきりになる危険を自分で気づいて予防しようという試みがロコモ対策である。当科では外来日は週3回で、2013年度は延べ外来患者数7,840名であった（図1）。入院患者数は8,531名であった（図2）。

当院にはMRIや骨密度測定、CTなど精密検査機器を備えており、膝や腰の痛み、手足の骨折に対して正確な診断と最善の治療を行なうよう努めている。膝や肩の痛みには関節内注射を行ない、腰痛や坐骨神経痛には神経ブロックなど除痛効果の高い注射を行っている。ひどい骨粗鬆症からくる腰痛には、骨形成促進作用のある**フォルテオ皮下注**（テリパラチド）を使用することで、内服薬では効果がなかった症例も治療できるようになった。また6ヵ月に1回皮下注射する**プラリア**（デノスマブ）や月1回静脈注射の**ボンビバ**（ビスフォスフォネート）など新しい骨粗鬆症治療薬の注射も次々に登場し、最新の骨粗鬆症治療を行なっている。慢性疼痛に対しては、内服または貼付剤のオピオイドを使用している。通常の鎮痛剤で効果がなかった症例や、胃や腎臓が悪くて内服できなかった患者にも使用できる。またジンジンやビリビリなど感じる神経の痛み、**神経障害性疼痛**の治療も行なっている。

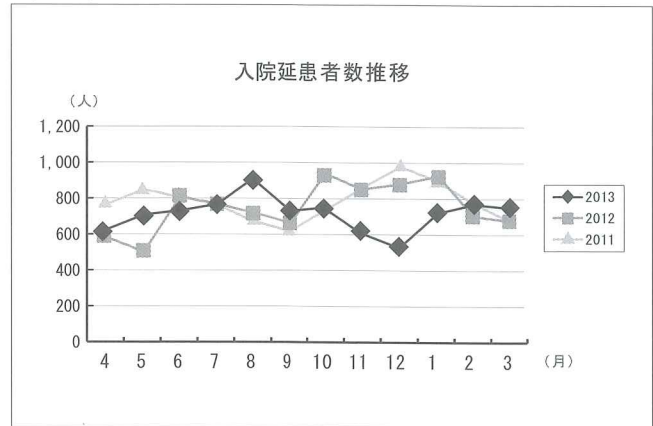
膝の変形や脊柱管狭窄症、骨折などで手術が必要な症例には手術を行なっている。

2014年度も宇城・三角地区で、膝や腰の痛み、手足の骨折の治療を行なう中核医療機関となれるよう取り組んでいきたい。

（図 1）



（図 2）



（図 3）

