



Medical-Support

メディカル - サポート



平成24年1月4日発行

新年明けましておめでとうございます

2012年がスタートいたしました。

本年もスポーツ整形外科・地域に密着した整形外科・リハビリ診療を柱とし、よりよい医療を提供していけるよう職員力を合わせ努力していききたいと思います。

本年もよろしくお願ひ申し上げます

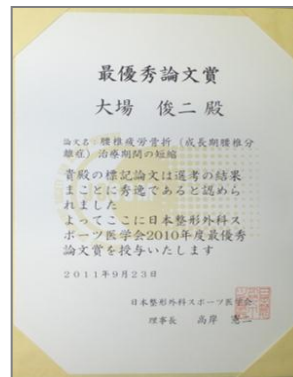
日本整形外科学会スポーツ医学部2010年度最優秀論文賞 受賞

2010年9月23日、福岡国際会議場で行われた日本整形外科学会にて、当院院長が2010年度最優秀論文賞を受賞致しました。

《受賞論文名》

「腰椎疲労骨折(成長期腰椎分離症)治療期間の短縮」

この賞を受賞したことで職員一同励みとなりました。これからも質のよい医療の提供に努めていきます。



ホームページをリニューアルしました

初めて受診される方の為のご案内や、当院の診療・取り組み・啓蒙活動など分かりやすく見て頂けるようになりました。

最新のインフォメーションや、診療案内、学会報告など様々な情報を掲載しております。

大場整形外科ホームページをぜひ一度ご覧ください♪

ホームページ <http://www.ohba-clinic.jp/>



第24回九州・山口スポーツ医・科学研究発表会の報告



平成23年12月17日(土)、18日(日)に福岡県福岡市にて行われた九州・山口スポーツ医・科学研究会にて当院院長が座長を、スタッフ4名が演題発表を行いました。



理学療法士 高司 博美

今回シンポジストとしての発表の機会を与えていただきました。大分のスポーツ環境が良いものとなるよう、様々な場面や形式でトレーナーが要請されるよう、また今後の大分のトレーナー環境がよりよいものになるよう、組織の成熟を目指すべきだと感じました。



診療放射線技師 松尾 信之

「成長期腰痛患者に対するMRI撮像条件について」の発表を行いました。成長期の腰痛について専門病院である当院が、どの様な撮像条件で日常検査を行なっているかを他施設の方々の前でお話することができ、少しでも参考になり他院でも取り入れてもらえればと思いました。



理学療法士 馬場 敬子

今回「女性選手の月経調査報告」というテーマで外傷、障害との関連を発表しました。内分泌からのコンディショニングは必ず今後重要視されるものだと思います。当院での取り組みが成果を出せるように今後も頑張りたいと思います。



健康運動実践指導者 藤塚 美希

成長期におけるスポーツ外傷・障害に対する当院でのサポートについて発表を行いました。九州・山口各県のスポーツサポートの取り組みや、様々な点からの研究発表を聴く事ができとても勉強になりました。



平成23年後期 学会活動一覧

12月	特別講演「子どもの発育発達とスポーツの役割 —スポーツ医学の見地から—」すべてお答えします!	大場 俊二	第3回大分県スポーツ学会学術集会 (大分市)
	スポーツ傷害予防としての体幹機能検査(コアテスト)の意義	藤野 毅	第3回大分県スポーツ学会学術集会 (大分市)
11月	シンポジウム 成長期腰部スポーツ障害の治療と予防	大場 俊二	第22回日本臨床スポーツ医学会 学術集会(青森市)
	スポーツ外傷・障害患者の練習復帰へのアジリティトレーニング	佐々木 隆成	大分県医師会健康スポーツ医部会 (大分市)
	大分スポーツリハビリテーションセンターにおける 体操教室への取り組み	山本 恵巳	大分県医師会健康スポーツ医部会 (大分市)
9月	42条施設(健康増進施設)における減量指導の取り組み	川野 達哉	第66回日本体力医学会大会 (下関市)
7月	腰椎疲労骨折(成長期腰椎分離症) -最新の知見と外来での対応-	大場 俊二	日本臨床整形外科学会 (長崎市)
	病医院とスポーツ現場との連携 スポーツ外傷・障害防止プロジェクト ～メディカルマネージャー制度について～	高司 博美	日本臨床整形外科学会(長崎市)
	当院における介護予防へむけた取り組み	牧 健一郎	日本臨床整形外科学会(長崎市)
	当院における腰椎疲労骨折のアスレティックリハビリテーション	馬場 敬子	日本臨床整形外科学会(長崎市)



大分スポーツリハビリテーションセンターより

大分スポーツリハビリテーションセンターは
平成23年10月に厚生労働省 指定運動療法施設
として認定されました

県内では地域成人病検診センターに続いて、2番目の認定となります

指定運動療法施設とは？

厚生労働大臣認定 健康増進施設であり、健康づくりのための運動を安全かつ適切に行うことのできる施設です。そして、利用料が医療費控除の対象となる施設です。

<医療費控除の対象>

- 1) 整形外科的・内科的疾患等の疾病で、医師の運動療法処方に基づいて行われるもの
 - 2) 週1回以上の頻度で、8週間以上の期間にわたって行われるもの
- 上記1)かつ2)を満たす場合、医療費控除の対象となります。



風邪対策

普通の風邪の多くは
のどの痛み・鼻水・くしゃみ・咳など

インフルエンザになると

38度以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛など全身症状が加わります

日常生活で出来る予防法

- ① 栄養と休養を十分とる
- ② 人ごみを避ける
- ③ 適度な湿度・温度を保つ
- ④ 手洗いとうがいの励行
- ⑤ マスク着用



管理栄養士 喜多の栄養豆知識!

免疫力を高める食事

注目!
体温を上げて健康になる
体を温める食べ物

生姜

生姜には、ジンゲロール、ショウガオールなどの成分があり、血行促進の作用があるので、身体を温め冷え症を改善する効果があります。生姜を生で食べるとジンゲロールが免疫細胞を強化して力ぜに負けない身体を作ってくれ、熱を加えるとショウガオールが身体を温めてくれます。

例えば・・・

- ドレッシング…生姜・にんにく・黒酢・オリーブオイル
- 生姜マヨネーズ…混ぜる
- はちみつ生姜…はちみつに漬ける
- 生姜酒…焼酎に漬ける

*** 生姜紅茶がオススメ ***

体温が1度低下すると免疫力は約30%以上弱くなる。
 逆に体温を1度上げると、免疫力は5～6倍にもなる。

野菜

* 根菜類

「冷えを防ぎ体温を上げる効果」
 人参・大根・じゃがいも・玉葱 など

* ネバネバ食品

「粘膜を保護、免疫を上げる成分を含む」
 山芋・里芋・オクラ・めかぶ など

* 香味野菜

「血液を浄化して体を温める効果」
 ニラ・ニンニク・らっきょう・ネギ

果物

体を温めてくれる果物は、北の方で獲れる果物。

りんご・ゆず
 さくらんぼ
 フルーン など

注意

体温を下げてしまう食材や食べ物

* 菓子類 など

(大量に砂糖が使われている食べ物)

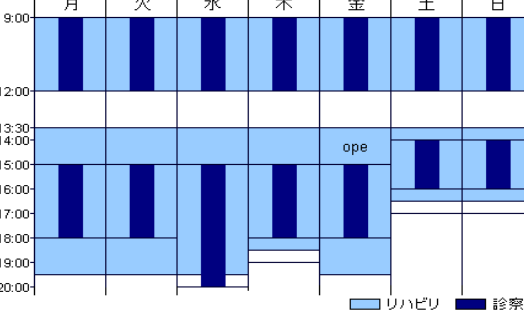
* 乳製品

免疫力を高めて
 この冬を
 のりきろう!!



I N F O R M A T I O N

診療時間



アクセスマップ



編集後記

明けましておめでとうございます★

みなさん去年はどんな一年だったでしょうか?

情報委員会としては今年、もっとたくさんの情報を皆さんへお届けできるよう、頑張っていきたいと思えます!

今年も一年よろしくおねがいします!!

情報委員会



医療法人 大場整形外科

〒870-0165

大分県大分市明野北1-1-11

TEL 097-556-1311

FAX 097-556-1375

ホームページ

<http://www.ohba-clinic.jp/>

<http://www.ohba-clinic.jp/>

