



木々の緑が日に日に色濃くなり、夏の足音が少しずつ近づいてきました。これからやってくる夏は、お出かけやアウトドアなどが楽しい季節ですが、暑さで食欲や体力が落ち、夏風邪などひきやすい時期でもあります。また、食べ物が傷みやすく食中毒にも注意が必要です。季節性の感染症は子どもに多いイメージがありますが、大人も感染することがあります。今回は、夏の代表的な感染症とその対策についてご紹介していきたいと思います。今日から出来る感染対策を実践していただき、元気に夏を迎えましょう。

感染管理認定看護師 山田 友美

手足口病

- 原因** エンテロウイルス
コクサッキーウイルス
- 主症状** 口腔内、手掌、足底の水疱疹
唾液、飛沫、水疱の汁、便から感染

ヘルパンギーナ

- 原因** コクサッキーウイルス
エコーウイルス
- 主症状** 突然の発熱、口腔粘膜のみの水疱疹
唾液、飛沫、水疱の汁、便から感染



咽頭結膜熱（プール熱）

- 原因** アデノウイルスなど
- 主症状** 発熱、のどの痛み、目の充血、目やに
唾液、飛沫、目やにから感染

食中毒

- 原因** カンピロバクター（鶏肉、豚肉）
サルモネラ菌（卵の殻など）
黄色ブドウ球菌（手に付いた細菌が食品に付着し増殖、毒素産生）
腸管出血性大腸菌（加熱不十分な牛肉等）
高温・多湿で食品などに細菌が増殖。
汚染した食品等を食べることにより感染。
- 主症状** 腹痛、下痢、嘔気、嘔吐、発熱



蚊媒介感染症

- 原因** デングウイルス、ジカウイルス、
チクングニアウイルス等
- 国内に生息するヒトスジシマ蚊を媒介して感染。
輸入感染症であるが、海外での感染者増加、
インバウンド、地球温暖化の影響で国内でも発生している。
- 主症状** 発熱、頭痛、発熱、関節痛など



今日から出来る感染対策

- ✓ **手洗い・消毒を徹底！**
こまめな手指消毒、特に調理前、食事前、トイレ後、オムツを扱った後は石けんと流水でしっかり手を洗いましょう。
- ✓ **タオルの共用に注意！**
咽頭結膜熱はタオルを共用することでも感染する恐れがあります。体調不良の人とタオルは分けて使いましょう。
- ✓ **食べ物の取り扱いに注意！**
 - ◎生ものは芯までしっかり加熱しましょう。
 - ◎調理器具はこまめに洗浄・消毒をしましょう。また、卵を割ったら手洗いを忘れずに。
 - ◎料理は調理後すぐに食べられない時は室温で放置せず冷蔵庫に入れましょう。
- ✓ **体調管理をしっかり！**
十分な睡眠とバランスの良い食事、こまめな水分摂取を心がけましょう。
- ✓ **蚊に刺されない工夫を！**
 - 外出時、特に草むら等は、蚊の他にもマダニに咬まれるリスクもあります。
 - ◎長袖、長ズボン等で出来るだけ肌の露出を減らしましょう。
 - ◎虫よけスプレーを活用しましょう。（主成分のイカリジンやディートの濃度が高いものは長時間効果が期待できます。但しディートは年齢で制限があるので子どもに使用する時は注意）
 - ◎庭、ベランダなどに水たまりをなくし、蚊の発生を防ぎましょう。



当院では、安全・安心で患者さんに満足していただける医療を提供するために患者の権利・責務を定めています。以下に提示いたします。

子どもの患者の権利については
こちらからご覧ください



患者の権利と責務については
こちらからご覧ください





肩関節の痛みについて



北九州市立八幡病院 整形外科 田島 貴文

みなさま、こんにちは。2025年4月から北九州市立八幡病院で勤務することになりました整形外科医の田島貴文です。それまでの10年間は産業医科大学病院で勤務しておりました。専門は肩・肘・手の疾患です。肩や肘、手の痛みや動きの制限でお困りの方に、最適な医療を提供できるよう努めてまいります。

今回は、私の専門分野のひとつである肩関節についてご紹介します。肩関節は、人体の中で最も可動域が広く、日常生活はもちろん、スポーツや仕事などで頻繁に使われるため、ケガや慢性的な不調が生じやすい部位です。しかし、適切な診断と治療を受けることで、肩の痛みを改善し、より快適な生活を送ることができます。

主な肩関節の疾患と治療法

肩関節にはさまざまな疾患があり、原因や症状也多岐にわたります。ここでは代表的な疾患についてご説明します。

① 肩関節周囲炎（五十肩）

症状

肩が固くなり、動かすと痛みを感じる疾患で、特に40～50歳代に多くみられます。初期には肩を動かすと痛みや違和感を感じる程度ですが、進行すると肩関節拘縮（肩の動きが大きく制限された状態）に至ることがあります。

治療

多くのケースでは時間とともに自然に改善しますが、痛みが強い場合は注射やリハビリを行います。リハビリや注射でも可動域の改善がみられない場合には、

●サイレントマニピュレーション

（エコーを使い、神経に麻酔薬を注入して可動域を改善する治療）

●関節鏡手術（内視鏡を用いて治療）（図1）

を行うことがあります。術後リハビリを行うことで痛みなく、可動域が改善します。



肥厚した関節包



関節包を切離

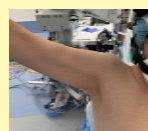


図1. 肩関節拘縮に対する関節鏡を用いた手術

② 腱板断裂（けんぱんだんれつ）

症状

肩を動かすインナーマッスル（腱板）が切れることで、痛みや筋力低下が生じます。特に60歳以上で多くみられます。原因として、転倒などの外傷性断裂や、加齢によって徐々に断裂を起こす変性断裂があります。

治療

症状が軽い場合はリハビリで対応しますが、痛みが強い可動域が制限される、力が弱い場合には、

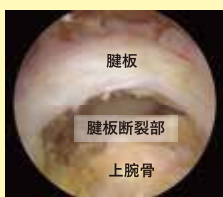
●腱板の状態がよければ、関節鏡を用いた腱板修復手術（図2）

●腱板の断裂が大きい場合や腱板の質が悪い場合には、リバース型人工肩関節と呼ばれる新しい手術法（図3）

術後リハビリを行うことで、腱板修復術ではほとんど元通りの状態に、リバース型人工肩関節では、痛みなくスムーズに、肩を動かせるようになります。



腱板断裂部



腱板

腱板断裂部

上腕骨



修復された腱板

上腕骨

図2. 腱板断裂のMRIと関節鏡を用いた手術

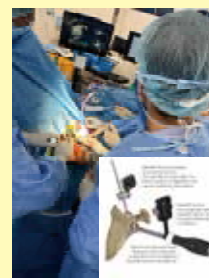
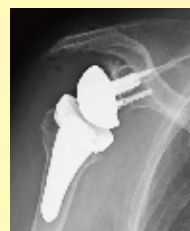


図3. 腱板断裂性肩関節症（腱板断裂の進行して変性性関節症になった状態）
リバース型人工肩関節、ナビゲーションシステムを使用

③ 石灰沈着性腱板炎

症状 腱板にカルシウムの結晶が沈着し、突然の激しい痛みと可動域の制限を引き起こします。40～50歳の女性に多い疾患です。

治療 通常はステロイド注射で痛みを緩和しますが、症状を繰り返す場合、動作時に強い痛みが続く場合には、関節鏡を用いてカルシウムの沈着物を取り除く手術（図4）を行うことがあります。



図4. 石灰沈着性腱板炎、関節鏡を用いて結晶を切除

④ 上腕骨近位端骨折

症状 骨粗鬆症のある女性に多い肩の骨折です。

治療 ●すれが少ない場合：早期から可動域訓練を開始する保存療法
●すれが大きい場合：金属のプレートや髓内釘（図5）、人工関節を用いた手術
リハビリを適切に行うことで、可動域の回復が期待できます。



図5. 上腕骨近位端骨折に対してプレートや髓内釘を用いた骨接合術

⑤ 反復性肩関節脱臼

症状 一度肩が外れると、その後も繰り返し脱臼しやすくなるのが特徴です。特に10代から20代の若年層に多く、ラグビーや柔道などのコンタクトスポーツを行う人によくみられます。

治療 放置すると肩の安定性が低下し、脱臼しやすくなるため、早期の治療が重要です。脱臼を繰り返す場合には、
●関節鏡手術（関節唇修復術）（図6）
●烏口突起移行術（骨の一部を移動させて安定性を高める手術）
を行うことがあります。これにより安定した肩となり、スポーツ復帰可能となります。



図6. 反復性肩関節脱臼、関節鏡下に剥離された関節唇をアンカー糸を用いて縫合

⑥ 変形性肩関節症・腱板断裂性肩関節症

症状 腱板断裂が進行したり、加齢によって軟骨がすり減ることで、強い痛みと動きの制限が生じます。特に70歳以上で多くみられます。

治療 ●痛みが軽い場合：リハビリや薬物療法
●痛みが強い場合：解剖型人工肩関節（図7）、もしくはリバース型人工肩関節置換術（手術により痛みを軽減し、可動域を改善）
術後リハビリを行い、痛みが改善し、可動域が回復します。

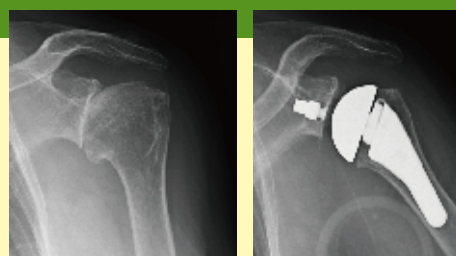


図7. 原発性変形性肩関節症に対する解剖型人工肩関節



最後に

当院では、肩関節疾患に対して正確な診断と患者さん一人ひとりに合った治療を提供しています。肩の痛みの原因はさまざま、自己判断が難しいことが多いため、専門医の診察を受けることをおすすめします。肩の痛みや不調は、日常生活の質を大きく低下させる可能性があります。「少し我慢すれば治るかもしれない」と思わずに、ぜひ早めにご相談ください。北九州市立八幡病院では、最新の知識と技術を活かし、患者さんの生活の質を向上させる医療を目指しています。患者さんの希望に合わせて、できるだけ手術を避けられるよう、リハビリなどの保存療法を行い、必要に応じて手術を提案します。肩について気になることがあれば、どうぞお気軽にご相談ください。

\\ 知って安心！ //

MRI検査

MRI検査は、磁場と電磁波を利用して体内を詳しく調べる検査です。トンネルのような装置に横になって受けていただきます。検査中大きな音が聞こえますが、耳栓やヘッドホンをご用意していますので、安心してください。検査時間は20～40分。体を動かさないようご協力いただけると、より正確な検査ができます。もし「狭い場所が心配だな」「大きな音が苦手かも」と思ったら、事前にスタッフに教えてください。



検査前に気をつけること

MRI検査はとても安全ですが、磁力を使うため、いくつか気をつけることがあります。



①体内や体外の金属・電子機器

ペースメーカーや人工内耳などの医療機器がある方、または体内に金属が入っている場合は、必ず事前に医師や診療放射線技師にお知らせください。安全に検査を行うために大切な情報です。

②衣類や貼付物

金属ボタンやホックがついた衣服、貼り薬、カイロなどは使えません。専用の検査着をご用意しておりますので、お着替えください。

③金属を含む化粧品やアクセサリ

マスカラやカラーコンタクト、マグネットネイル、増毛パウダー、時計、アクセサリなど金属を含むものは外してください。これで、やけどや変色といったトラブルを防げます。

気になることは相談を！

「これって大丈夫かな？」と思うものがあれば、事前にお気軽にご相談ください。安心して検査を受けられるよう、しっかりサポートいたします！



編集
後記

4月から新年度がスタートし、慣れない生活が続いている方もいると思いますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
充実した新年度になるように規則正しい食生活、適度な運動、休息を取りながら日々コツコツ頑張しましょう。

小児外来 原口 いずみ