

草原を走り抜けるライオンのように、元気に動き回る体づくりをサポートしたい。そんな思いのもとに、常盤台らいおん整形外科が開院したのは2009年のこと。院長の小崎直人先生にお話をうかがいました。

**疾患・痛みの原因を丁寧に探り患者さんに寄り添う治療を**

スポーツ整形外科、骨粗鬆症、関節リウマチを専門とする、らいおん整形外科。中でも力を注ぐのは、骨粗鬆症や変形性関節症など、高齢者に多い疾患です。

「高齢者は、ひざ関節や脚の骨折、骨粗鬆症など整形外科領域の疾患が重なる、痛みや不安から外出や運動が億劫になりがち。すると運動機能が低下し、やがては寝たきりになる。ロコモティブシンドローム」のリスクを高めます」と小崎先生。診療ではその危険を回避するた

いつまでも自力で歩けるよう  
つらさ・不安と共に  
痛みの原因を取り除く治療を。



め、まずは痛みの原因を突き止めるべく、患者さんの話に丁寧に耳を傾け、寄り添う姿勢を大切にしているそうです。

理学療法士と共に取り組む運動療法では、患者さんが「自分の力で回復している」と自信が持てるよう、治療の進捗に合わせたリハビリを徹底。バランス能力の回復、筋力トレーニングを

PROFILE

常盤台らいおん整形外科 院長  
小崎 直人先生

こさき・なおと 2000年慶應義塾大学医学部卒業。同大学整形外科、東京大学整形外科客員研究員、藤田保健衛生大学整形外科助教、埼玉社会保険病院院長などを経て、09年常盤台らいおん整形外科を開院。日本整形外科学会専門医、日本整形外科学会認定リウマチ医、日本整形外科学会認定運動器リハビリテーション医。

行いながら、生活動作のアドバイスも細やかに行っています。

**早期発見、早期治療を促し寝たきりにしないケアも重視**

日々の診療では、骨粗鬆症の患者さんも多く訪れます。「適切な診断には、骨密度検査、血液検査などで状態を確認しながら、今後の骨折リスクを想定することも大切です」。そのため、患者さんの家族に協力を得て生活状況を把握する、チェックシートも問診として役立てています。

「骨粗鬆症は近年、早期から薬物治療を行えば、確実によくなる疾患になりました。しかし、検査で異常を指摘されても、自覚症状がない。そのため、漠然とした不安は募ってもリスクを理解されず、治療が遅れてしまうことが多いのが現状です」。高齢者にとつて骨折は寝たきりの要因になるため、積極的に治療を受けてもらいたいと言います。

小崎先生の願いは、地域の方々がいくつになっても自分で歩け、元気に生活できる街をつくること。「地域の健康を守るため、今後も痛みを取るだけの診療ではなく、密に対話し、治療に対する説明や不安へのケアも大事にしていきたい」。先生のオーダーメイド診療は、地域の人々に安心感をもたらしています。

足元から体のゆがみと痛みを緩和する オーダーメイドインソール

常盤台らいおん整形外科では、足やひざ、股関節、腰の痛みを速やかに改善させる、オーダーメイドインソールを導入。歩行をスムーズにバランスのよい状態に整えるため、カウンセリング、足型計測、歩行チェックを行い、インソール(足底挿板)を作ります。「靴が合っていない

かったり、無理のある状態で歩き続けると、その無理が体の各所に伝わり、ゆがみが生じて疲れやだるさ、痛みが起こります。特に外反母趾は、インソールの装着が痛みの緩和となり、有効な治療のひとつになっています」と、小崎先生。足元から健康になるサポートも万全です。



◀待合室、リハビリ室など院内は全てバリアフリー。関節可動域訓練や筋力強化訓練、歩行訓練など、患者さんの治療に合わせた機器がそろっている。