



受付時間 (初診予約制)
午前 9:00 ~ 12:00
初診受付 11:30 まで / 日曜のみ 11:00 まで
午後 2:30 ~ 6:30
※日曜のみ 3:00 ~ 6:30
初診受付 6:00 まで / 日曜のみ 5:00 まで

日	月	火	水	木	金	土
+	+	+	/	+	+	/
+	+	+	/	+	+	/



4月 2018年

日	月	火	水	木	金	土
1 全日	2 全日	3 全日	4 休診	5 全日	6 全日	7 休診
8 全日	9 全日	10 全日	11 休診	12 全日	13 全日	14 休診
15 全日	16 休診	17 休診	18 休診	19 全日	20 全日	21 休診
22 全日	23 全日	24 全日	25 休診	26 全日	27 全日	28 休診
29 全日 昭和の日	30 休診 振替休日					

16日(月)~18日(水)は3連休、30日(月)~5月5日(土)は6連休になりますので、お薬等の不足やお間違いにご注意ください。

5月 2018年

日	月	火	水	木	金	土
		1 休診	2 休診	3 休診 憲法記念日	4 休診 みどりの日	5 休診 こどもの日
6 全日	7 全日	8 全日	9 休診	10 全日	11 全日	12 休診
13 全日	14 全日	15 全日	16 休診	17 全日	18 全日	19 休診
20 全日	21 全日	22 全日	23 休診	24 全日	25 全日	26 休診
27 全日	28 全日	29 全日	30 休診	31 全日		

1日(火)~5日(土)は5連休になりますので、お薬等の不足やお間違いにご注意ください。



あずさわ通信

小豆沢の隠れた名木

都内大雪も降り、例年より寒かった今年の冬も去り、東京の桜も開花しました、(ハ、ハ)ノ
小豆沢近辺のお花見スポットとしては、小豆沢公園・野球場、浮間公園、赤羽桜堤緑地などが定評あります。いずれも素晴らしい桜を楽しむことができますが、今回は、当院小豆沢整形外科から歩いて行ける、隠れた桜の名木をご紹介します。(地元の方はとっくにぞ存知だと思いますが・・・)

ご紹介したいのは、環八通りの小豆沢四丁目公園の一本桜。
敷地内の歩道寄りに桜の巨木がデーンと聳え、毎年見事な花を咲かせます。枝振りが横に大変広く、一本の木で公園の約半分を覆っています。長い枝のアーチ下に咲いた真っ赤な椿も美しい彩りを添えていました。



▲大きく伸びた樹は迫力！…広角レンズでも画面に収まり切れません。(2017年4月撮影)



▲通り向かいは新河岸川の水上バス乗り場



▲カラフルなすべり台遊具が目印



公園所在地は小豆沢4丁目20。環八通りを挟んで水上バスのりば(小豆沢発着場)の丁度向い側。名刹・龍福寺様の裏斜面下になります。

小豆沢整形外科からの経路距離は約800M。ゆっくり歩いて15分ほどで着きます。(駐車場はありません)

お足の不自由な方であれば、開花したら是非愛でに行ってお越し下さい。

整形外科 都市伝説シリーズ①

『膝の水は抜いちゃダメ』？

■ 全国、津々浦々で耳にする謎のウワサ

膝の軟骨が擦り減ってO脚(オーキヤク)が進む、膝ピキ!
変形性膝関節症(へんけいせいひざかんせつしょう。以下、『膝関節症』と略)は、整形外科分野で最も多い疾患の一つです。

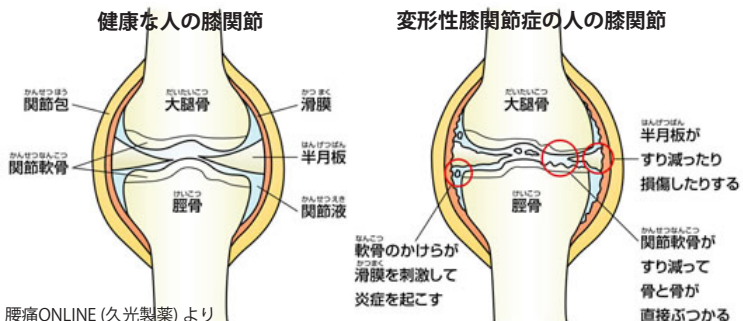
最初は立上がり時や段差で一瞬ピキッと膝に痛みが出る程度ですが、放っておくと進行して平地歩行でも強い痛みが生じるようになります。更に悪化すると手術を要します。女性に多く、加齢に伴って増えてきますが、早い人は40代でも発症します。

膝関節症は関節内に水が溜まりやすいことが特徴ですが、多くの患者さんが口々に、『膝の水は抜くとクセになるから抜いちゃダメ、と聞いたのですが…』と言うのです。不思議なことに大都会から田舎まで、日本全国どこにお住まいの方も同じ話を語られます。あなたも一度は耳にしたこと、ありませんか?実はこの『膝の水抜くな』説は**完全なる誤り**で、「口裂け女」のウワサと同レベルの**都市伝説***です。

※「都市伝説」とは、現代発祥・出所不明・根拠無し、の怪しいウワサ話のこと。必ずしもホラーや怪奇現象とは限らず、日常生活や社会現象に関する話題も多い。まことしやかな真実味をもって語られるため、大衆の間で常識化・定説化した話も少なくない。しかしそのほとんどは創作デマである。

■ 膝に水が溜まる仕組み

膝関節症になると、なぜ水が溜まるのでしょうか?



腰痛ONLINE(久光製薬)より

出しを伴います。関節の中に浸み出た水がやがて関節の袋に溜まってくると、膝がプクプクと膨らんでいきます。



井戸端会議

関節症では、剥がれた軟骨のカケラが関節内に散らばります。関節を包む膜の細胞は、軟骨のカケラを掃除しようとする際に炎症を起こします。

『炎症』とは、免疫細胞が反応して炎症物質が盛んに作られている状態で、**痛み、発熱、腫れ、水の浸み**

■ 水を抜かないとどうなるの?

膝の水が溜まったまま放置していると…

- ◆ 膝がグラグラ不安定になる。
- ◆ 膝が曲げられなくなる。
- ◆ 痛みがますます強くなる。
- ◆ 水の中に含まれる炎症物質が、軟骨をさらに破壊する。
- ◆ スネの浮腫みを引き起こし、足全体が重苦しくなる。

整形外科医師



つまり、**膝の水は抜かないともっと悪くなるんです**。水を抜いてヒアルロン酸注射を続けていけば、段々と水は溜まらなくなっていきます。長年の整形外科の研究により、

「**膝に溜まった水は抜くべきである**」と結論が出ています。

『抜くとかえって悪くなる』なんて何の根拠もない**真っ赤なウソ**ですから騙されないう、ご注意ください。

水が溜まった膝関節症に対しては、**注射器で水を抜きとり、ヒアルロン酸注射**をするのが正しい治療の基本です。

装具の利用、ダイエット、内服薬、湿布、運動療法なども有効です。進行して手術を要する方もおられますが、最近の手術技術は大変進歩し短期間で退院できますので、万一手術となった場合でもご心配には及びません。

■ 正しい知識を学びましょう。

『膝の水は抜くな』のウソを最初に言いだした人は一体誰でしょうか?

ハッキリは解りませんが、整形外科の患者さんを奪って自分達の店に誘導して儲けようとする、二セ医療系業者らを疑います。

賢明なるあずさわ通信読者の皆様、もしも膝に痛みが出たり、水が溜ってしまったら、**怪しい都市伝説**を信じず、きちんとした整形外科医の下で十分な治療を受けて下さい。

私たち小豆沢整形外科では、早く痛みを和らげ、長くご自身の足で歩いていけるよう、精一杯ご支援させていただきます。



騙されません

『膝の水抜くとクセになる』は**大ウソ**だった!

間違った**都市伝説**に**パーンチ!!**

正しい治療を受け、自分の膝で**ずっと元気に歩こう!**