



院外活動レポート(2022/03/18)

シムラ病院では、整形外科疾患について正しく理解し、治療の参考にしていただくために、一般の方々を対象とした市民講座を定期的開催したいと考えています。

解剖から治療方針、ご家庭でできる運動についてなど、整形外科専門医がわかりやすく解説していきます。

演題：「腰痛について」～姿勢の基本知識と先端治療を学ぶ～

2022年3月18日（金）鈴が峰公民館（広島市西区）



令和4年3月18日（金）鈴が峰公民館において当院院長代理村田 英明医師が講師として、鈴が峰公民館主催の講演会「腰痛について～姿勢の基本知識と先端治療を学ぶ～」の演題で講演させていただきました。

当日は足元の悪い中、鈴が峰地区を中心に近隣から16名の方にご参加頂きました。このコロナ渦で人数制限がある中で顔馴染みの方がいらっしまったのは驚きでした。まん延防止措置解除後、初めての講演会ということもあり、特に力を入れて200枚スライドを作成し、約90分間の講演を行いました。講演は熱が入ったため、予定の半分100枚で時間切れ終了となりました。内容は背骨のしくみ、姿勢の基本、骨粗鬆症、脊椎圧迫骨折、BKP（風船式椎体形成術）についての話で時間切れとなりました。講演ではまず、姿勢の基本知識として背骨のしくみを説明した後に、良い姿勢の取り方をお伝えさせていただきました。若いうちから良い姿勢をとることで、年をとっても腰は痛みません。良い姿勢を意識することがポイントになります。骨粗鬆症については骨がつくられる仕組みを説明し、骨代謝バランスが重要になることをお話しました。骨代謝についての説明は、私達も初めて聞く内容で、とても分かりやすいと思いました。続いて脊椎圧迫骨折の治療としてBKP(風船式椎体形成術)を紹介しました。先生自身の身内の3名の治療経験を詳細に説明されただけには、とても説得力があり、会場から感嘆の声が聞かれました。講演最後の質問コーナーでは積極的に手を挙げて質問されており、有意義な講演会となりました。

講演後に回収させていただきましたアンケートでは「親しみやすく、気さくな先生で分かりやすかった」「腰痛や膝の痛みについてもっと聞きたい」「良い講演でした」といった嬉しいお言葉を頂きました。また鈴が峰地区で講演会等ありましたら宜しくお願いします。

今後も随時講演会を行って参りますので、ご都合が合えばふるって参加頂けましたら幸いです。ご参加頂きました皆様、講演の機会を与えて下さった鈴が峰公民館の皆様、本当にありがとうございました。

当院では今後も正しい医療情報提供の為に、講演活動を行って参ります。

また、その他の出張講演等もご相談に応じておりますので、シムラ病院 管理部：吉岡「082-294-5151」までお気軽にお問い合わせください。