



院外活動レポート(2023/02/03)

シムラ病院では、整形外科疾患について正しく理解し、治療の参考にさせていただくために、一般の方々を対象とした市民講座を定期的で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 part II」～姿勢の基本知識と先端治療を学ぶ～

2023年2月3日（金）福田公民館（広島市東区）



令和5年2月3日（金）広島市東区の福田公民館にて当院院長代理 村田英明医師が講師として福田公民館主催の講演会で「腰痛についてpart II」～姿勢の基本知識と先端治療を学ぶ～の演題で講演をさせていただきました。

福田公民館では前回令和4年10月に講演をさせていただきましたが、大変好評でアンコール企画として今回2回目の講演となり、計20名の方にご参加頂きました。スタッフが会場へ到着した時にはすでに来場されていた方もおり、たいへん楽しみにして頂いていたのだと感じたまま講演が始まりました。

約3時間の講演では、まず前回講演の復習として姿勢の基本や診断技術の進歩について丁寧におさらいを行いました。良い姿勢とは何か、姿勢の基本知識をスライドだけでなくパンフレットを用いて説明しました。良い姿勢の取り方や自宅でできる大腿四頭筋、腸腰筋のトレーニング方法を前回参加して頂いた方の興味も引くよう最近の時事ネタを混ぜてレクチャーしました。テレビやネットなど多くの情報が溢れており知識ばかりが増え、いろいろなトレーニングを試したくなりますが、少ない種目を正しい姿勢で継続することが大切です。続いて、低侵襲で手術を受けることが出来るBKP（風船式椎体形成術）、MED（内視鏡下椎間板摘出術）や脊椎固定術など治療方法についても紹介がありました。

講演は約3時間と長丁場でしたが、講演中は笑いあり質問あり、和やかな雰囲気の皆様真剣に腰痛について学ばれました。講演の中で『4月より当院 整形外科 脊椎外来へ京都大学医学部附属病院 整形外科 藤林 俊介教授が赴任することになり、治療を受けることが出来ます。脊椎について相談がある方はお越し下さい。』というスライドを出した所、会場から歓声とともに大きな拍手が沸き上がりました。講演終了後、質疑応答の時間を設けており積極的に手が挙げられておりましたが、その後も個別での質問が後を絶ちませんでした。

会場で回収させて頂きましたアンケートには、「ヘルニア・狭窄症のたくさんの画像もあり理解出来ました。良い講座でした。分かり易かった。」「充実した内容でした。」「本を読んで少しは予備知識がりましたが、スライドをみてようやく理解出来ました。ありがとうございました。」「今日は聞きに来てよかったです。」などうれしいお言葉をたくさん頂きました。

今後も随時講演会を行って参りますので、ご都合が合えば奮ってご参加頂けましたら幸いです。参加頂いた方に少しでも満足してお帰り頂けますよう、次回へ向けてしっかり準備して参ります。参加して頂いた皆様、そして講演会の機会を与えて下さった福田公民館の皆様、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。