

まつくり院長通信

【当院では新たに **脊椎専門外来** スタート！】

2022年4月より脊椎専門外来を開始いたしました（第1土曜日と第2土曜日）。

脊椎専門医の先生（金子先生・真鍋先生）にご担当いただいております。

長らく腰痛で苦しまれている方がおられましたら、まずは診察時にご相談くださいませ。

金子先生：稲波脊椎・関節病院 院長補佐

真鍋先生：東前橋整形外科病院 副院長 脊椎外科センター長

花言葉

ドウダンツツジ・・・上品、返礼
ブルーファンタジア・・・永遠
カーネーション・・・女性の愛



松田院長からあなたへ 耳より情報

■わたくし松田が再生医療治療を受けた経過報告！！

6月24日、右膝にPFC-FD治療を受けました！その経過報告をいたします。

【注射するまでの経緯】

5月29日（日曜）の朝、いつものようにジョギングをしていました。9月のトライアスロン、11月のフルマラソン出場を目標に練習していたわけです。ここ数年はあまり走り込めておらず、徐々に強度を上げようとして少し無理したのかもしれませんが。9キロ地点から右膝内側に強い痛みを感じるようになり、最後は歩いて帰宅。徐々に腫れてきて（水腫）歩行も辛く、階段昇降は手すりをつかまってやっとでした。自己診断では**内側半月板損傷**。まつくりでMRIを撮ったところやはり内側半月板の後節が一部切れていました（涙）

投薬でも改善せず、オムロンヘルスケアの膝TENZを使用して少し痛みを軽減させ、再生医療しかないと決意。採血し、6月24日に澁澤先生（健スポ院長）に**PFC-FD注射**をしてもらいました。

【注射後】

注射後数日で痛み、腫脹が驚くほど軽減し**1週間には歩行時の痛みはほぼ消失**しました。まだ、正座はできず捻る動作で内側に少し痛みを自覚しますが、日常生活動作に支障はありません。6月5日から（注射後1週）ロードバイクを再開（最初はゆっくり20キロ）し、6月26日の放送大学の講義、7月3日の市民公開講座と精力的に動きましたが問題ありませんでした。先日の7月10日はロードバイク40キロを乗り切れました！

★院長よりメッセージ

膝を痛めた時、自分にとって人生の生きがいであるスポーツが出来ない辛さをヒシヒシと実感しました。と同時に、膝でお悩みの方の気持ちがよくわかりました。私の場合は早期に治療を行った事で効果が大きかったと思います。再生医療は魔法の注射はありませんが、膝の健康に投資するに値する治療法の一つであると身をもって確信しました。**膝寿命の延伸は健康寿命延伸につながります**。そして生きがいにまで♪

自分の身体と向き合う時間

仕事や家庭の事、子どもや孫の事など忙しい毎日に自分の身体と向き合う時間が作れない方多いんじゃないでしょうか。

私自身、毎日元気だし、食事も気を遣ってるし、職場の健康診断でも特に異常は無かったので、市役所から送られてくる健診の封筒を開けてちゃんと見ることはありませんでした。

でも、それは突然やって来ました。

脳梗塞です。2年半前の話です。とてもショックでした。

目を開けたら病院のベッドの上。血圧も200まで上がっていたそうです。その日の記憶はありません。おかげさまで、1週間で退院することができましたが、今でも薬を飲んでます。家族に心配をかけたことが、とても辛かったです。

もし、健診を受けていたら、脳ドックの事を知っていたら

こんな思いはしなくてすんだのかなあと思うんです。



今は予防できる時代です。

まつだ整形外科クリニックでも脳ドックをはじめ、色々なメニューを用意しています。市によっては**助成金**もあります。

あなたの大事な人たちのためにも、ちょっとだけ自分の身体と向き合う時間に脳ドックや健診など受けてみてはいかがでしょうか？

私の経験からもおすすめします！