

994.

- 5) 小黒賢二：7. 不安定型骨盤骨折. 難しい骨折治療のこつ (立石 昭夫 編) 初版, 中外医学社, 東京, 1995 ; 67 - 76.
- 6) 澤口毅：創外固定器使用時の部位別のコッ骨盤骨折に対する創外固定のコツ. **MB Orthop.** 2004 ; 17 : 47-55.
- 7) **Tile M : Pelvic Ring Fractures : Should they be Fixed? JBJS [Br].** 1988 ; 70B : 1 - 12.
- 8) 弓削大四郎：Malgaigne 骨折の外科的治療. 整形外科 MOOK 増刊. 1993 ; 2 E : 186-194.

## ほっと ぷらざ

### やっぱり骨折は痛かった

(窮すれば通ず) 2005年5月13日, 自分の不注意から鎖骨骨折, 肋骨骨折(6本!) を受傷し, 骨折からいろいろなことを学びました. 肋骨骨折はベットなどに横になると大変痛いです. 痛みのため1ヵ月半もベッドに寝られませんでした. この間, 椅子に座って寝ましたが, 頸が痛くなり眠られません. そこでひと工夫. 頭を両脇で支えるように椅子の背もたれに布を詰めた靴下を2個縫いつけました. これで眠りに落ちても頭がカクンと横に倒れるのを防いでくれました. この“ソックスヘッドレスト”のおかげで眠られるようになりました. まさに“窮すれば通ず”です. 肋骨骨折の患者さんに是非おすすめあれ.

(君子豹変す) 肋骨も大変でしたが鎖骨骨折も辛かった. 私の鎖骨は粉碎し転位も著しかったので, 同僚の医師には手術を勧められました. しかし私はそれまで鎖骨骨折保存治療推進本部長を自認しており, 当然のように私の鎖骨に対しても保存治療を行いました. しかし, 骨癒合までに4ヵ月もかかり, この間, 痛みと不自由さをあじわい, 今も肩の拘縮が残っています. 保存治療も結構大変だナーということがわかりました. 最近では痛みが強い患者さんには手術を行ってます. 今までの治療方針と大きく変わりますが“君子豹変す”[君子は間違っていると悟ればすぐに改め, 善にうつることが非常にはっきりしている](学研国語大辞典より) です.

手稲溪仁会病院 整形外科 佐々木 勲