

超音波検査必携 肩こり・腰痛解消 BOOK

佐久間 浩・花谷博幸著



今回、医歯薬出版より上梓された『超音波検査必携 肩こり・腰痛解消 BOOK』は、①肩こりと腰痛についての基礎知識、②超音波検査環境の検証、③ダメージにおけるセルフチェック法などをまとめあげたものである。

本書を見た時、臨床生理検査の最前線で展開される超音波検査と肩こり・腰痛といった組み合わせに、おもわず「なんだろう？ いやそうなんだ!」、そう思いながら手にとって読んでみた。実は、超音波検査は、今では中央検査室に限らず臨床の現場すなわち救急外来やベッドサイドに至るまで幅広く用いられ、さらに健診領域では必要不可欠な検査法として活用され、全国で何万人もの方が携わっているのが現状である。このようななか、最近、原因はいろいろあると思うが、現場のとくに熟練者の間から、肩こり・腰痛といった疲れの声を頻繁に聞くようになってきたからであった。

さて、超音波検査法がその診断能と検査運用を確立させるには、二つの面においてその仕組みを整える必要があると考える。一つは超音波診断学によって支えられることであり、もう一つは検者によって超音波検査の環境すなわち業務に起因する身体的な負担を軽減することである。

本書の著者である佐久間 浩氏は、超音波検査の第一人者であり超音波検査の学会では指導的役割を担っており、同じく花谷博幸氏は佐久間氏のもっとも信頼する鍼灸師である。この両氏が超音波検査の環境を整える提案として、これまであまり気がつかなかった、超音波検査を進めるうえで検者が受ける精神的・肉体的なダメージを救うべく、本書を作りあげた。

とくに注意して読んでみた部分は、検査環境の検証である。このなかで、検査時の姿勢はていねいに腹部エコー・心エコーといった領域別にチェックされ、さらに身体に負担をかけない検査法として装置・ベッド・椅子の高さの調整法にまで注目し、そ

して患者さんとの距離や力の入れ具合、および検査環境の見直しと身体にやさしい装置の選び方などが、著者の経験をもとに適切にまとめあげられていた。

大切だと感じられた点は、セルフチェックの部分である。まだ症状が現れていない検者にも目を向けて、このチェックによって自分の身体がどの程度ダメージを受けているかを知らせ、まずはそれに気付かせることをねらいとしている。

本書を語るうえで欠かせない点としては、超音波検査を検者のみの問題とせず、超音波診断装置メーカーの方々にも参加していただき、身体にかかる負担は装置本体の設計にも原因が少なくないこと、現行装置の問題点を改善して、検者にやさしい装置の開発をしていただきたいと指摘、そして提案していることである。

また、検査室で手軽に行うことができるストレッチの提案はより実践的であり、職場のスタッフの理解を深めて職場全体で改善への雰囲気を生み出すものとなっている。日常生活の見直しについては、豊かな人生に向けてその考え方や手法を楽しく読むことができ、ところどころにみられるコラム的な「ひとりごと」は、妙に心に響いて何度もうなずかされた。

以上の点からも、本書の内容は超音波検査の環境を整えることが可能で支持できるものであり、これからの超音波検査を進めていくうえで学ぶことをお勧めする。

(総合病院 国保旭中央病院 超音波室 関根智紀)
<A5判/148頁/定価 2,520円(本体 2,400円+税 5%)/医歯薬出版/2009>