

## 外来診療案内

### 整形外科

#### 【診療時間】

平日：午前8時30分～11時30分 診療開始：午前9時00分

●初診の受付は、スムーズな診療・検査のために10時30分まで終了させていただきます。

#### 【外来担当医師表】

|    | 月      | 火  | 水                           | 木               | 金               | 土               |
|----|--------|----|-----------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 午前 | 初診     | 菅※ | 菅※<br>(第1・3・5週)<br>(紹介予約のみ) | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) |
|    | 再診     | 菅※ | 菅※<br>(第2・4週)<br>(紹介予約のみ)   | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) |
| 午後 | 再診(予約) | 菅※ | 菅※<br>(第1・3・5週)             | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) |
|    | 再診(予約) | 菅※ | 菅※<br>(第1・3・5週)             | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) |
|    | 再診(予約) | 菅※ | 菅※<br>(第1・3・5週)             | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) | 菅※<br>(第1・3・5週) |

#### 【整形外科を受診される方へ】

- 初診の受付について  
受付人数が多く、午後の診療に支障をきたす場合は、人数を制限させて頂く場合がありますので、ご了承ください。  
他院で診療歴のある方は、紹介状(診療情報提供書)や画像ファイルをご持参くだされば、待ち時間が短縮され、検査の重複が避けられます。ご協力をお願い致します。
- 菅医師の初診について(※)  
◎脊椎(首・腰部)以外の診察を優先させていただきます。  
◎月曜日…他医療機関からの紹介の方を優先するため、人数制限をさせていただきます。別の医師が担当する場合がありますので、ご了承ください。  
◎水曜日…手術目的の他医療機関からの紹介のみ、予約制で診察させていただきます。  
●日野医師の初診について(※2)  
◎水曜日…手術目的の他医療機関からの紹介のみ、予約制で診察させていただきます。

再診予約について  
ご予約の変更は、前日(月曜日の場合は金曜日)までの  
平日 午後2時～4時 にお願致します。  
再診予約専用ダイヤル **075-754-6070**

#### 【診療時間】

平日：午前8時30分～11時30分 診療開始：午前9時00分  
午後1時00分～3時30分 診療開始：午後1時30分  
(リハビリテーション訓練前診察：午前8時45分～午後4時00分)  
土曜日：午前8時30分～11時30分 診療開始：午前9時00分

### 神経内科

|    | 月  | 火  | 水 | 木  | 金 | 土 |
|----|----|----|---|----|---|---|
| 午前 | 初診 | 小西 |   |    |   |   |
| 午後 | 再診 | 小西 |   | 小西 |   |   |

### 内科

|    | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|---|---|---|---|---|
| 午前 | 初診 | 森 |   |   |   |   |
| 午後 | 再診 | 森 |   |   |   |   |

### 循環器科

|    | 月  | 火 | 水  | 木 | 金  | 土 |
|----|----|---|----|---|----|---|
| 午前 | 再診 |   | 的場 |   | 的場 |   |
| 午後 | 再診 |   | 的場 |   | 的場 |   |

### 皮膚科

|    | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|---|---|---|---|---|
| 午後 | 初診 |   | 沼 |   |   |   |
| 午後 | 再診 |   | 沼 |   |   |   |

### リハビリテーション科

|    | 月  | 火   | 水   | 木 | 金 | 土 |
|----|----|-----|-----|---|---|---|
| 午後 | 初診 | 担当医 | 担当医 |   |   |   |
| 午後 | 再診 | 担当医 | 担当医 |   |   |   |

### リハビリテーション前診察

|    | 月  | 火   | 水   | 木   | 金   | 土   |
|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 午前 | 再診 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 |
| 午後 | 再診 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 | 担当医 |

#### 【担当医紹介】

|       | 担当診療科  | 氏名     | 役職  | 担当曜日                              | ※紹介予約のみ |
|-------|--------|--------|-----|-----------------------------------|---------|
| 常勤医師  | 整形外科   | 菅 寛之   | 部長  | 【初診】月・水(第1・3・5週) 【再診】木・水(第1・3・5週) |         |
|       |        | 日野 学   | 副部長 | 【初診】木・水(第2・4週) 【再診】月・水(第2・4週)     |         |
|       |        | 小牧 伸太郎 | 医 長 | 【初診】火・水(第2・4週) 【再診】月・木            |         |
|       |        | 市丸 昌平  | 医 師 | 【初診】水(第1・3・5週)・金 【再診】月・木          |         |
| 非常勤医師 | スポーツ整形 | 菅 寛之   | 部長  | 【初診】月・水(第1・3・5週)                  |         |
|       |        | 日野 学   | 副部長 | 【初診】木・水(第2・4週)                    |         |
|       |        | 小西 哲郎  | 院 長 | 【初診/再診】火【初診/再診】木(午後のみ)            |         |
|       |        | 森 洋一   | 理事長 | 【初診/再診】火(午後のみ)(第2・4週)             |         |
| 非常勤医師 | 内科     | 的場 弥生  | 医 師 | 【初診/再診】水・金(午前のみ)                  |         |
|       |        | 沼 沙織   | 医 師 | 【初診/再診】水(午後のみ)(第1・3週)             |         |
|       |        | 堀田 恵理  | 医 師 | 【初診/再診】水(午後のみ)(第2・4・5週)           |         |
|       |        | 菅 寛之   | 部長  | 【初診/再診】火【初診/再診】木(午後のみ)            |         |

笑顔で健康に未来を歩いていくみんなのために。

Spring  
Volume.02  
2018

# がくさい Watch

| 広報誌 | がくさいウォッチ

特集

## 新年度のご挨拶



## 編集後記

『がくさいWatch創刊号』はご覧いただけましたでしょうか? 院外向けの広報誌作成は初めてでしたので試行錯誤致しましたが、患者さんや協力医療機関の皆さんから「読んだよ」というお声掛けを多数いただきました。内容に対する質問やご意見も多数頂き、反響の大きさに驚いております。今後もますます、がくさい病院の取り組みを知って頂ける内容を考えていきますので、是非広報紙をご覧くださいませようお願い致します。

平成30年度 がくさい病院 企画広報委員会

ホームページ



一般財団法人 京都地域医療学際研究所 **がくさい病院**

〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1番9 **TEL. 075-754-7111**

▶ <http://www.gakusai.or.jp>

Facebook



一般財団法人 京都地域医療学際研究所

**がくさい病院**

## 新年度のご挨拶

がくさい病院は、「スポーツおよび一般整形外科と回復期リハビリテーション医療の分野における、京都市域の中核病院としての機能強化」を図っています。



### [ PROFILE ]

病院長 小西 哲郎

|              |                                       |
|--------------|---------------------------------------|
| 1972年        | 京都大学医学部 卒業                            |
| 1977年        | 国立療養所宇多野病院 神経内科 医師                    |
| 1981年から1982年 | 英国国立神経研究所の神経生理学研究所にて神経生理学の研究に従事       |
| 1997年        | 国立病院機構宇多野病院 副院長                       |
| 2007年        | 国立病院機構宇多野病院 院長                        |
| 2013年        | 一般財団法人京都地域医療学際研究所附属がくさい病院 院長<br>現在に至る |

早いもので、当院が京都市北区から中京区に移転して5年目を迎えております。この間、当院の特色であるスポーツおよび一般整形外科と回復期リハビリテーション医療の質を向上させる努力をして参りました。

平成30年度の取り組みでは、回復期リハビリテーション部門において、さらに安全で質の高い医療を提供できるように、日本医療機能評価機構の病院機能評価の合格を目指して受審準備を進めております。

今後も、病院の基本理念にもある「安全で、質の高い、信頼される」医療を提供し、京都市域の中核病院として、高齢社会の地域医療にさらに貢献する充実した病院にしていきたいと考えております。

今年度も、多くの新入職員を迎えることが出来ました。新入職員と共に、当院の基本理念とビジョンを実現していきたいと思っております。

平成30年度も、この広報誌を読んでいただく皆様方の

御指導、御支援を賜りますようお願い申し上げますと共に「がくさい病院」と新入職員にとりまして、実りの多い1年となりますことを祈念申し上げます。

なお、当広報誌において新入職員の紹介もしておりますので、当院の沿革・特色と合わせて御一読頂ければと思います。

### 「がくさい病院」の沿革

一般財団法人京都地域医療学際研究所は、京都府および京都市の支援を得て京都府医師会により昭和56年11月に設立されました。附属病院である「がくさい病院」は昭和59年1月に北大路大宮にて開院しました。高齢化の進む地域社会において、府民の健康と福祉の向上に貢献するために、医療、看護、介護、介護予防、リハビリテーション、健康維持増進などを総合的かつ集学的に実践する

ユニークな中核的医療施設として設立されました。以降、整形外科・スポーツ整形外科診療と一般診療を中心として地域の健康維持・増進に貢献して参りましたが、設立29年目の平成25年11月に、新しい「がくさい病院」として現在の地に新築移転、開院しました。「がくさい病院」は、それまでの地域医療に貢献するコンセプトを引き継ぎ、スポーツおよび一般整形外科と回復期リハビリテーションのふたつを診療の柱としています。当院のスポーツおよび一般整形外科診療の歴史は長く伝統や実績があります。回復期リハビリテーション病棟も5年目を迎え、今後ますますの発展が期待されます。

### 「がくさい病院」の特色

5階建て90床(40床の整形外科病棟と50床の回復期リハビリテーション病棟)の病院には、広いリハビリテーション室と2つの手術室(クリーンルーム)があります。

年間約1,000件の人工膝・股関節手術や膝・足の靭帯形成術などが行われています。整形外科診療は、膝関節外科を中心に、外傷、スポーツ、慢性疾患まで幅広い疾患に対応しています。メディカルおよびアスレチックリハビリテーションには、京都府下はもちろん、全国から診断・治療を希望する患者が来院し、けがの予防から競技復帰までをトータルにサポートする体制を整えています。

日本代表選手やオリンピックメダリストの治療経験を生かし、スポーツ愛好家からトップアスリートまで、さまざまな目標レベルに応じたリハビリテーションや、競技復帰を目的としたリハビリテーションも行っています。また高齢社会における新たな整形外科領域の開発も目指しています。

平成25年度からは脳卒中・運動器の回復期リハビリテーションに新たに取り組んでいます。リハビリテーション科医師、看護師、ケアワーカー、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、社会福祉士がチームを組んで治療計画を立て、定期的な計画の見直しを図りながら、チームアプローチを実践しています。回復期リハビリテーション病棟入院患者には1日3時間に近いリハビリテーションを365日提供して、早期の在宅・社会復帰を目指しています。

京都府リハビリテーション教育センターの教育指定病院として、リハビリテーション医療レベルの向上を目指した標準カリキュラムの確立、療法士の質の向上をはかり、京都府および地区医師会、在宅医療機関、他の教育指定病院と連携して、先端的なリハビリテーション医療の提供を目指しています。今後はさらに地域包括ケアシステムにおけるサービス提供の充実と地域在住障害者支援の強化もすすめていきます。また、京都府リハビリテーション支援センターの京都市域京都府地域リハビリテーション支援センターとして、市内のリハビリテーション施設と連携して、リハビリテーション体制の強化と充実に取り組んでいます。

京都府立医科大学整形外科学教室とリハビリテーション医学教室の支援を受け、医師の診療・教育・研究体制の強化も図っています。

がくさい病院のビジョンは、タイトルにありますように「スポーツおよび一般整形外科と回復期リハビリテーション医療の分野における、京都市域の中核病院として地域医療に貢献する」ことです。

がくさい病院に新しい仲間が加わりました!

# 若い力、芽吹く春!



平成30年4月、総勢14名の新入職員が入職しました。  
希望と不安を胸に抱き、がくさい病院の一員としての第一歩を踏み出した若者たち。  
これからたくさんの知識と経験を積み、患者さんのために頑張るニューフェイスたちの今後の抱負、研修の様子をご紹介します。

## 新入職員研修

がくさい病院職員としての研修が、5日間行われました。



## 辞令交付式

緊張の中、小西病院長より辞令交付が行われました。



## 新入職員抱負を語る

### 看護師 水谷 幸奈さん

4月から看護師として働かせていただいています。いよいよ看護師として現場に立てていること、そして、自分自身がお世話になったがくさい病院で働けていることに喜びを感じながら毎日過ごしています。新しい環境で戸惑うことも多くあると思いますが、大きな可能性を持っておられる患者さんを少しでもサポートできるよう、日々の学びを大切にしながら持ち前の笑顔と明るさを忘れずに頑張りたいと思います。よろしくお願いします!

### 理学療法士 太田垣 沙和さん

国家試験を終え、理学療法士となりました。今年は同職種の新卒者がおらず、分からないことも多いので不安になることもあると思いますが、疑問に思うことは質問したり、自己学習を行ったりして成長していきたいです。また、一人ひとりの患者さんに対して理解を深め、1日でも早く信頼される理学療法士になれるように日々努力していきたいです。

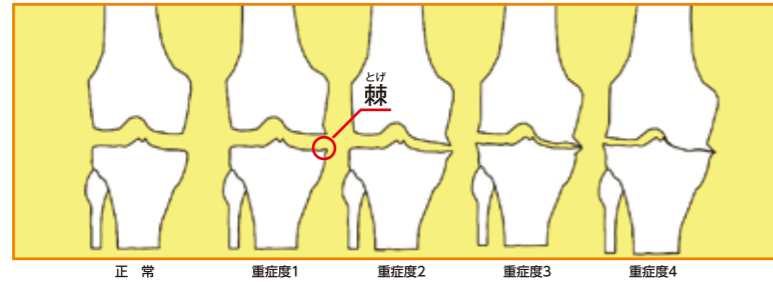
### 管理栄養士 湯瀬 志保さん

私は、患者さんの毎日の楽しみとなる食事を提供し、心身ともに健康になるサポートをしたいと考えています。そのためにも、コミュニケーションを大切に、現場での応用的な知識を学び、患者さん一人ひとりにあった対応ができる管理栄養士を目指します。まだまだ勉強することはばかりで不安もありますが、常に「笑顔・前向き・向上心」をもって、早く一人前になれるよう日々精進していきます。

# 変形性膝関節症

明らかな原因がないもの(加齢など)を一次性、骨折後や感染など特定される原因を持った関節症を二次性といいます。日本人は、一次性の変形性膝関節症が多いとされています。

変形度合いも重症度別に分類することができます。



**重症度1:** 隙間は保たれているが、骨にわずかに棘ができる。

**重症度2:** 関節の隙間が軽度狭くなる。

**重症度3:** 関節の隙間が半分以上狭くなる。

**重症度4:** 関節の隙間がない状態。

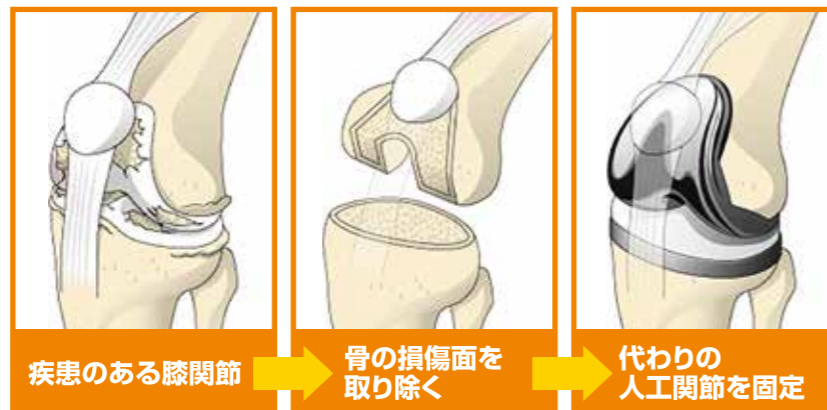
変形性膝関節症と診断され、  
リハビリテーションや  
手術が必要となります

軟骨のすり減りや半月板に傷が生じることにより、関節の隙間が狭くなり、日常生活で強い痛みを生じさせることがあります。

変形性膝関節症により関節の可動域制限、筋力低下・筋萎縮、痛みといった膝関節機能低下を引き起こします。これらに対し、保存療法(運動療法や薬物療法、ヒアルロン注射)と手術療法といった治療があります。

## ●手術療法

痛みを和らげるために人工関節の手術があります。



### 手術方式の説明

人工関節の寿命は平均15~20年と言われています。一般的には、高齢の方が適応です。

術後の激しい運動は控えていただきますが、しっかりとリハビリテーションを行えば、退院後の日常生活に支障が出ないことがほとんどです。

日常生活・社会復帰を目標に、膝関節屈曲伸展可動域や筋力強化、日常生活動作の改善をリハビリテーションで行っていきます。※正座・しゃがみ込み動作は不可です。

また、術前からリハビリテーションを行うことで、術後リハビリテーションもスムーズに行うことができます。

# 経口摂取についての取り組み

回復期リハビリテーション科においては、疾患や加齢による摂食嚥下機能の低下によってお食事に配慮が必要のある方に、摂食嚥下機能の診断と訓練を行っています。

入院時より嚥下機能評価のため、スクリーニングや、嚥下造影検査などを行います。また、多職種による評価とカンファレンスを定期的に行い多角的に治療していきます。

## ■ 嚥下造影検査(VF)

検査用にバリウムを混ぜたゼリー・粥などを食べていただきます。その際、エックス線を使用して身体内部を透視しますので、わずかな誤嚥\*(ごえん)でも発見することができます。検査の中では食べやすい食物の形態や食事姿勢など、安全に食べるための工夫や注意事項などを検討します。



\*誤嚥(ごえん)とは飲食物や唾液(だえき)を誤って、食道ではなく気道に飲み込むこと。

## ■ 嚥下カンファレンス

医師・看護師・言語聴覚士・管理栄養士など多職種の専門職によって摂食嚥下障害についての治療方針を検討します。



## ■ 摂食機能療法

医師の指示の下に看護師が1回につき30分以上訓練・指導を行います。毎日の食事場面で実施をしています。



## ■ 療法士による訓練

言語聴覚士を中心として訓練を行っています。食事の動作や姿勢については、作業療法士と協力し、動作・嚥下機能の向上を図っています。



# がくさい病院 2017年度 活動報告



新入職員歓迎会 4月20日

京都センチュリーホテルにおいて「京都地域医療学際研究所 新入職員歓迎会」を開催しました。新たに25名の職員が仲間入りし、新年度がスタートしました。



野球部発足 4月16日

がくさい病院に野球部が発足しました。京都私立病院協会主催の病院対抗野球大会に新チームで臨み、京都府みどりが丘グラウンドにて1回戦、見事11対1でコールド勝ち!2回戦は惜しくも敗退。



就業フェア 8月6日

みやこめっせにおいて「京都府リハビリテーション就業フェア」が行われ、がくさい病院のブースには理学療法士・作業療法士合わせて22名の方が来場されました。今年は、大阪、滋賀、遠くは広島から学校からも来ていただきました。

摂食嚥下研修会



研修会



スプリント研修会



ポジショニング研修会

|    |    |    |    |    |    |     |     |     |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|



訪問リハビリテーション開設

4月より訪問リハビリテーション「がくさい」を開設しました。理学療法士2名で、がくさい病院を中心に半径3キロ程度のご自宅に伺っております。



夏祭り 8月20日

回復期リハビリテーション病棟の患者さんを対象に夏祭りを開催致しました。的あて、輪投げ、ヨーヨー釣り、かき氷、盆踊りなど盛り沢山の内容で、皆さんとても楽しまれている様子でした。特に、盆踊りは大盛況でした。



行事食 紅葉弁当

餅つき大会 1月27日

回復期リハビリテーション病棟の患者さんを対象に「餅つき大会」を開催致しました。患者さんが、力強く餅つきをされている様子が印象的でした。



行事食 節分太巻



行事食 新緑弁当



行事食 祇園まつり弁当

バレーボール大会 7月30日/9月17日

京都府立山城総合運動公園体育館において、京都私立病院協会主催の女子バレーボール大会が開催されました。念願の予選リーグを突破、決勝トーナメントに進出しました。決勝トーナメントも頑張りましたが、惜しくも敗退。



「がくさいwatch」創刊 12月1日

皆さんにもっと当院を知っていただきたいと考え、「がくさい病院ってどんなところ?」をテーマにして森理事長インタビュー、病棟紹介、医師紹介などを掲載しました。



フットサル大会 11月3日/11月23日

京都私立病院協会主催のフットサル大会がサンガタウン城陽で開催されました。予選リーグを突破し、決勝トーナメントに進出することができました。決勝トーナメントは惜しくも敗退。

第1回 くすりについて知ろう！

病院やクリニックで処方される薬。皆さんは薬が体のなかでどんなふうに吸収され代謝されるかご存知ですか？

第1回目は薬が効く仕組みについて解説させていただきたいと思います。

薬とは、人間が本来持っている治癒力が落ちた時、体の中で細菌をやっつけたり、熱を下げたり、痛みを和らげたりするためなどに用いるものです。

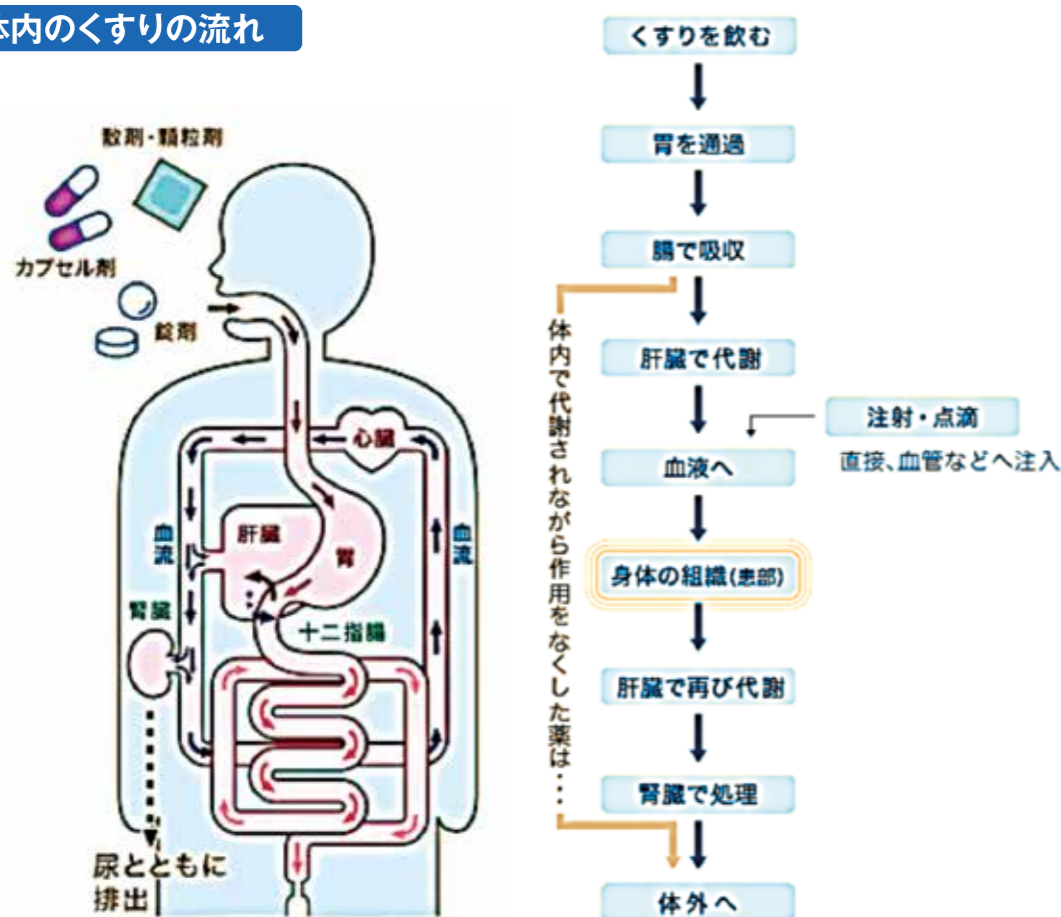


薬が効く仕組み

薬の効き方は、薬の種類によって細かな点が異なりますが、主に腸で吸収され、肝臓で一部代謝し、血液によって体内を移動し作用させたい部位にたどり着きます。

役目を終えた薬の成分は、再び肝臓で代謝され腎臓を経て尿として体外に排出されるほか、便や汗、唾液と一緒に体外へ排出されます。

体内のくすりの流れ



次回は、薬の種類について紹介していきます。お楽しみに…

がくさい 第2回  
キッチン 新玉ねぎ丸ごとトマトスープ  
～栄養たっぷりの最強コンビ～



約 25 分

(1人あたり)

エネルギー  
254 kcal

たんぱく質  
12.9 g

食塩相当量  
1.5 g

材料 (2人分)

- 新玉ねぎ……………2個
- 鶏肉……………100g
- アスパラガス……………2本
- ★トマトダイス缶……………200g
- ★ケチャップ……………小さじ1
- ★コンソメ……………小さじ5g
- ★にんにくチューブ……………小さじ1/2～1(お好み)
- ★砂糖……………小さじ1
- ★水……………200ml
- オリーブ油……………小さじ1
- 塩……………少々
- こしょう……………少々
- パルメザンチーズ……………適量
- ブラックペッパー……………適量

作り方

- 1 新玉ねぎは皮をむき、根っこの部分から1.5cmほどの高さを残して6等分になるように切り込みを入れる。玉ねぎに塩、こしょうをふる。1個ずつラップで包み、600wで3分レンジにかける。
- 2 鶏肉は、一口大に、アスパラガスは3cmほどの長さに切る。
- 3 鍋にオリーブ油を熱し、鶏肉を炒める。
- 4 玉ねぎが手で触れる状態になればラップをはずし、切れていない根っこの部分を下にして鍋に並べ、★を入れて加熱する。
- 5 沸騰したら、アクを取り除き、蓋をして弱火で10～15分ほど煮る。玉ねぎがスープに浸かっていない場合は、途中2～3回スープをかける。
- 6 アスパラガスを加え火が通れば、器に盛り付け、お好みによりパルメザンチーズ、ブラックペッパーをふりかけ完成です。

— 栄養のおはなし —

玉ねぎには硫化アリルという成分が含まれています。玉ねぎを切っていて目を刺激する成分ですが、肉や魚の臭いを消す働きがあります。また、消化液の分泌を促し新陳代謝を盛んにする働きや、血液をサラサラにする効果もあります。トマトに含まれるリコピンは生活習慣病予防や老化防止にも効果があるといわれています。リコピンは油に溶けやすい性質のため油と一緒に食べると栄養の吸収がよくなります。