

外来診療案内

整形外科

【診療時間】

平日・土曜日：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(※1) 小牧	菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)	日野	上島	担当医
	再診	菅(※1) 小牧	菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)	日野	上島	担当医
午後	再診(予約制)	菅(※1) 小牧	菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)	菅(※1) 小牧	菅(※1) 小牧	菅(※1) 小牧
	再診(予約制)	菅(※1) 小牧	菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)	菅(※1) 小牧	菅(※1) 小牧	菅(※1) 小牧

【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
午前	初診		沼			
午後	再診		沼			

リハビリテーション科

	月	火	水	木	金	土
午前	初診				三上	
午後	再診		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	上島 圭一郎	副院長	【初診】金	【再診】月
		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	【再診】月・木
		下村 征史	医師	【初診】水	【再診】木
	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)	
	神経内科	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)	
	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)		
皮膚科	堀田 恵理	医師	【初診/再診】水(午後のみ)(第2・4・5週)		
	三上 靖夫	医師	【初診/再診】金(午前のみ)		
非常勤医師	リハビリテーション科	三上 靖夫	医師	【初診/再診】金(午前のみ)	
		担当医	医師	【初診/再診】水(午後のみ)(第2・3・4週)	

【整形外科を受診される方へ】

- 主に膝・股関節の治療を行います。その他の部位(脊椎・腰)についてはリハビリテーションや、より専門的な治療が必要となった時は他の医療機関を紹介させて頂くことがあります。
- 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(※1)
◎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、人数制限をさせて頂き、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頂きます。
- 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頂きます。

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 にお問い合わせください。
再診予約専用ダイヤル **075-754-6070**

編集後記

あけましておめでとうございます。
昨年は、回復期リハビリテーション病棟の改修工事を行いました。改修後は、患者さんの調理訓練が出来るスペースが設けられ、より実際の生活に向けたリハビリテーションが実施出来るようになりました。また、食堂スペースが広がり、ゆったりとお食事をしていただけるようになりました。今回は改修後の回復期リハビリテーション病棟にスポットを当てて特集を組ませていただきました。皆様のご感想やご意見を頂ければ幸いです。

がくさい病院 企画広報委員会

笑顔で健康に未来を歩いていくみんなのために。

Winter
Volume.03
2019

がくさい Watch

| 広報誌 | がくさいウォッチ

特集 新年のご挨拶



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

がくさい病院 院長 小西 哲郎

今年は更なる飛躍の年に!



[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
現在に至る

あけましておめでとうございます。
猪突猛進のイノシシ年、2019年を迎えました。
昨年11月1日、がくさい病院移転5周年目の日に上島副院長をお迎えし、2019年はイノシシが突進するがごとく、がくさい病院が更に大きく前進、発展する年になります。

私はこれまで、患者さんの目線で、患者さんの思いをくみ取り、患者さんを中心としたチームアプローチで患者さんに接することの大切さを、職員の皆様には機会あるごとにお話ししてきました。また、職員ひとり、ひとりが医療人として、進歩し続ける現代医療に対して新たな知識や技術の追求を怠らないことに加えて、変革し続ける我が国の医療制度にも適応していかなければなりません。

今年2月に、がくさい病院がさらに良質で安全な病院となることを目指して「病院機能評価」を受審いたします。今回

の受審を契機として、2月の受審後も継続して職員ひとり、ひとりが良質で安全な、医療・看護・リハビリテーションの提供を意識しつつ、毎日勤務してもらいたいと思います。「良質で安全な病院を作るんだ。」という風土が、この病院に根付けば、患者さんからさらに信頼され、もっとすばらしいがくさい病院になると確信しています。

患者さんから信頼され、患者さんに選ばれ続ける病院になれば、一般整形外科・スポーツ整形外科と回復期リハビリテーションに特化したがくさい病院は、名実ともに京都市全域の中核病院として、今後も発展し続ける病院になります。

今年も職員が一丸となって、がくさい病院を充実・発展させ、患者さんからさらに信頼される病院になるよう不断の努力をまいります。

がくさい病院 副院長 上島 圭一郎

副院長に就任して



[PROFILE]

副院長 上島 圭一郎

- 1993年 福井医科大学医学部卒業
- 1993年 京都府立医科大学附属病院 整形外科 研修医
- 1994年 京都第一赤十字病院 整形外科
- 1996年 京都府立与謝の海病院 整形外科
- 1997年 西陣病院 整形外科
- 1999年 京都府立医科大学附属病院 整形外科
- 2002年 京都地域医療学際研究所附属病院 整形外科
- 2005年 京都府立医科大学附属病院 整形外科
- 2006年 京都府立医科大学 整形外科 助手
- 2006年 京都府立医科大学大学院 運動器機能再生外科学 学内講師
- 2006年 京都府立医科大学大学院 運動器機能再生外科学 講師
- 2013年 京都府立医科大学大学院 運動器機能再生外科学 准教授
- 2017年 京都府立医科大学附属病院 リハビリテーション部 准教授
- 2018年 京都府立医科大学附属病院 リハビリテーション部 准教授
京都地域医療学際研究所 がくさい病院 副院長
現在に至る

平成30年11月1日付けで、がくさい病院副院長を拝命いたしました上島圭一郎です。

前職は、京都府立医科大学で准教授として整形外科とリハビリテーション部を兼務しておりました。

私は当院が北区にあったころの平成14年から平成17年まで整形外科医師として勤務しておりましたので、約13年ぶりに再びお世話になることとなります。この間に北区から現在の地に病院は移転し、外見はすっかり別の病院へと様変わりしていました。

赴任にあたり、従来からの関節外科、スポーツ整形を中心とした整形外科診療に加えて、回復期リハビリテーションの機能も充実した病院へと変化し、活気に溢れているのが非常に印象的でした。

京都府立医科大学では整形外科で主に股関節外科の

診療を中心に、また、リハビリテーション部の診療にも携わりながら経験を積んで参りました。さらに、学生教育や専門医育成などの人材育成にも取り組んできたつもりであります。当院で勤務している医師は、以前から整形外科、リハビリテーション科ともに一緒に勤務した経験があり、心強いかぎりです。

この度、当院の副院長を拝命いたしまして、医師、医療スタッフ、事務スタッフの協力を得ながら、院内の各部署の連携を深めていき、当院の基本理念である「安心で、質の高い、信頼される」医療を提供できる病院づくりに、少しでも貢献していきたいと考えております。

～Renovation～

平成30年7月 回復期リハビリテーション病棟を改装しました。

～チームの輪 空間の和～

連携の強化、訓練の質の向上が実現しました

作業スペースの拡大

調理訓練が可能に

改修により洗濯や調理など自宅の環境に近い状況での、より実践的な訓練が可能となりました。キッチンを使用した調理訓練が可能になりました。



洗濯機も設置。生活により近い環境での訓練が可能になりました。

IH・ガスに対応。患者さんの背丈に応じて調理台の高さも変更できます。



パントリーの設置

経管栄養の準備場所をパントリーに設け、点滴準備場所と完全にわける事で感染予防が徹底できました。また、飲料水やコップ、食器の保管場所を確保し、より衛生的になり、整理整頓が行えるようになりました。



食堂が広くなり、開放的な空間へ

食堂が広がったことで、多くの方が食堂で食事ある生活を提供できる機会が増えました。ご家族ようになり、スタッフとしても嬉しい限りです。訓練の合間にホッと出来る環境になるよう整えています。

を召し上がることが出来るようになり、メリハリのとの面会時も、多くの方が食堂で談笑できる陽当たりが良くポカポカしています。



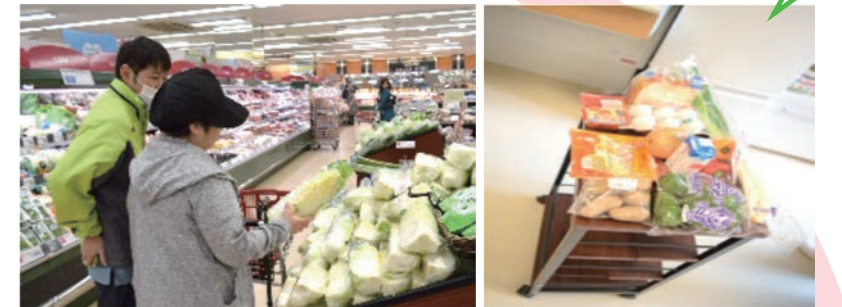
調理訓練の実際

周囲で見ている患者さんからは、「私もやりたい」「私にもできるかも」といった言葉が聞かれるようになり、退院に向けて、より主体的な訓練への参加が可能となりました。

調理訓練の流れをご紹介します。

まずは買い物

実際にスーパーに行きます。歩行訓練と考える訓練も兼ねています。



調理準備も自分でします。

調理開始

味付けも自分でします。細かい作業をするのも訓練です。



患者さんそれぞれの生活に応じた調理訓練をします。

最後はみんなで試食

美味しく、達成感もあり意欲につながります。退院後の生活につなげます。



～回復期リハビリテーション病棟の紹介～

回復期リハビリテーション病棟ってどんな病棟?どんな流れで退院するの?

朝の申し送り



リハビリテーション科部長
前田医師

リハビリテーション科部長の前田博士と申します。回復期リハビリテーション病棟の入院から退院までの流れをご説明致します。この病棟は、集中的なリハビリテーション治療と病棟生活での活動により、活動を育む場です。そのためには、スタッフ間での情報共有が欠かせません。多職種間で連携を取り、社会復帰を目指します。チーム一丸となり、日々奮闘しています。

合同評価

入院当日からチームで関わります。身体機能や能力を合同で評価し、環境設定やリハビリテーションの進め方などについて、しっかりと話し合う場です。



自宅退院



退院前カンファレンス

退院前に最後の話し合い。地域で支えるスタッフと連携します。



定期カンファレンス

月に1度リハビリテーションの進捗を確認し、情報共有します。退院に向けてリハビリテーションの進め方の見直しを行います。

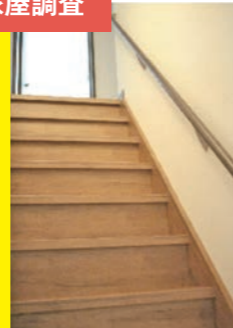


院外の歩行訓練も行います。



家屋調査

自宅で安全に生活できるように退院前に訪問します。手すりや段差などを確認した上で、より実践的な訓練につなげていきます。



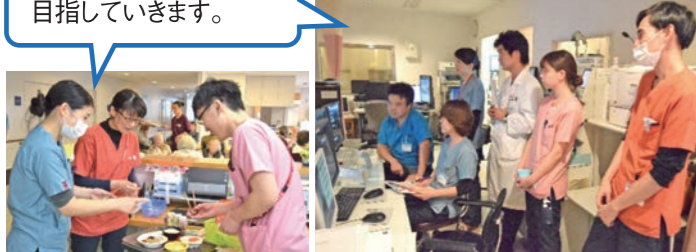
病棟で過ごす時間もリハビリテーションを行います。生活そのものがリハビリテーションという理念のもと関わっています。



中京歯科医師会協力のもとで訪問歯科診療も行っています。



多職種での連携、多様な訓練を通して退院を目指していきます。



～最新リハビリテーション～

リハビリテーション室・病棟での訓練を紹介します



麻痺で働きにくくなった手の機能を改善させるため、患者さん自身の力を電気で介助する「随意運動介助型電気刺激装置」(WILMO)を用いた治療を行っています。この機械を、病棟生活や自主訓練に併用することで、手の運動改善を高める治療を行っています。



2018年6月より、リハビリテーション支援ロボット「ウェルウォーク WW-1000」を導入しました。このロボットは、脳卒中による麻痺で移動が不自由な方へ、質の高い歩行練習を提供できる最先端機器です。



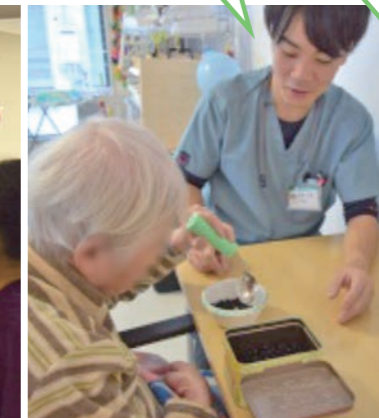
「ウォークエイド」を導入しています。歩行に合わせて神経を電気刺激することで足関節を曲げる運動を補助し、神経障害により足関節が伸びてしまう患者さんの歩行を改善します。



飲み込みのリハビリテーションに用いられる機器「ジェントルスティム」を導入しています。この機器を使用することで喉に電気刺激を与え、感覚を上げ、食べ物を「ごっくん」と飲み込みやすくするものです。

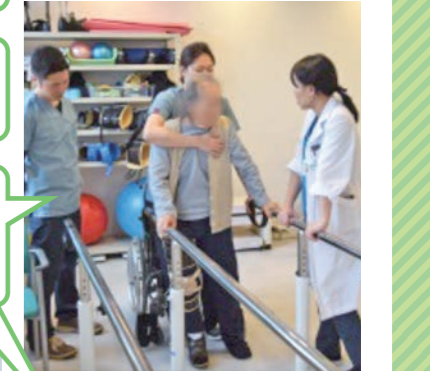


嚥下造影検査は、エックス線を用いて食べ物がどのように喉を通過するかを確認する検査です。飲み込みがしっかり出来ているかをより正確に評価できます。



病棟生活の中でも多様な訓練を行っています。食堂が広くなり活動しやすくなりました。

患者さんは毎日リハビリテーションを頑張っています。それぞれの状態に合わせた治療プログラムを組めるスペシャリストが訓練に関わります。



訪問リハビリテーションの取り組み



がくさい病院訪問リハビリテーション科は、昨年春の開設から早や一年半が過ぎました。これまでに、35名の方にご利用いただき、現在22名の方のお宅を訪問させていただいております。その多くは、当院の回復リハビリテーション病棟を退院された方々です。

「早く良くなり、家に帰って暮らしたい。」

との思いは、入院患者さんの誰にも共通する希望だと思います。入院中は退院後の在宅生活をイメージしながら、個々の心身機能の回復に合わせてリハビリテーションを進め、同時にご自宅の生活環境も調整していきます。

退院後、訪問リハビリテーションを利用することが決まった場合は、訪問リハビリテーションスタッフも入院中から患者さんと関わり、リハビリテーションやカンファレンスにも参加します。入院中から病棟スタッフと情報交換をし、一方では在宅生活を支える他事業所のスタッフとの連携を取ることも私たちの重要な役割です。

また、退院後、実際の生活場面に合ったより実践的なリハビリテーションを行うことで、更により良い在宅生活を送っていただけるようお手伝いするのが私たちの務めです。少しでも皆様のお役にたてるよう、専門職としての知識を生かし、フットワーク良く、精一杯頑張っておりますので、これからもよろしくお願い致します。



ユニフォーム紹介

がくさい病院は、多職種によるチームアプローチを大切にしています。ユニフォームからそれを意識できるように職種毎に統一されたユニフォームに変更しました。このユニフォームの利点は、職種によってカラー分けされているために患者さんから職種が分かりやすくなることです。ユニフォームがカラフルになったことで、病棟全体がより活気づき明るくなったと好評です。



■ 回復期リハビリテーション病棟

ユニフォームカラー（左順から）



After



第1回は「薬が効く仕組み」についてご紹介しました。

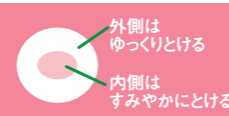
薬が正しく効果を発揮するために、薬にはいろいろな種類や形があります。今回は、「内服薬(のみぐすり)」について、さまざまな薬が、どのような仕組みになっているのかをご紹介したいと思います。みなさんがお薬を正しく体に効くように使っているか、確認してみてください。

薬の種類 大きく3つに分かれます。それぞれの特徴があります。

<p>内服薬 口からのむ薬</p> <ul style="list-style-type: none"> ●持ち運びに便利。 ●用量がわかりやすい。 	<p>外用薬 皮膚や目、鼻などの粘膜に使う薬</p> <ul style="list-style-type: none"> ●患部に直接作用する。 ●胃腸障害を防止できる。 	<p>注射薬 皮膚や筋肉、血管から直接体内に入れる薬</p> <ul style="list-style-type: none"> ●効果が早く出現。 ●全量の効果が発揮できる。 ●注射針が痛い。 
---	---	---

薬の工夫 ～内服薬編～

●徐放化製剤：水分が多い胃から小腸では、薬剤が溶出しやすいので、ゆっくり溶けるように調節し、水分が少ない消化管下部では、薬剤が溶出しにくいので、比較的すみやかに溶けるように調整しています。なかには1日のめば効果が持続する設計になっています。割ったり、かみ砕いたり、すりつぶしたりしないでください。



●口腔内崩壊錠：口の中に入れると、だ液で溶けてくれるので、水なしでのめて便利です。だ液と一緒にのみこんでください。水なしで寝たままのむと、食道にひっかかり、炎症が起きるかもしれないので、注意してください。



●粉薬：錠剤やカプセル剤に比べて、早く吸収されるため、早い効果が期待されます。量を調節しやすいので、年齢や体重に合わせることができます。口の中に少し水を含んでおいてからのむと、むせずにのめます。オブラートに包むのもよいですが、くすりによっては、苦みや香りが胃の働きを高めるなど、そのままのんだほうが効果的な薬もあります。顆粒剤は、口の中についたり、苦みを残したりしないよう、のみやすくする工夫や、徐々に溶けるように表面に工夫をしてあるものもあるので、かみ砕かずのんでください。



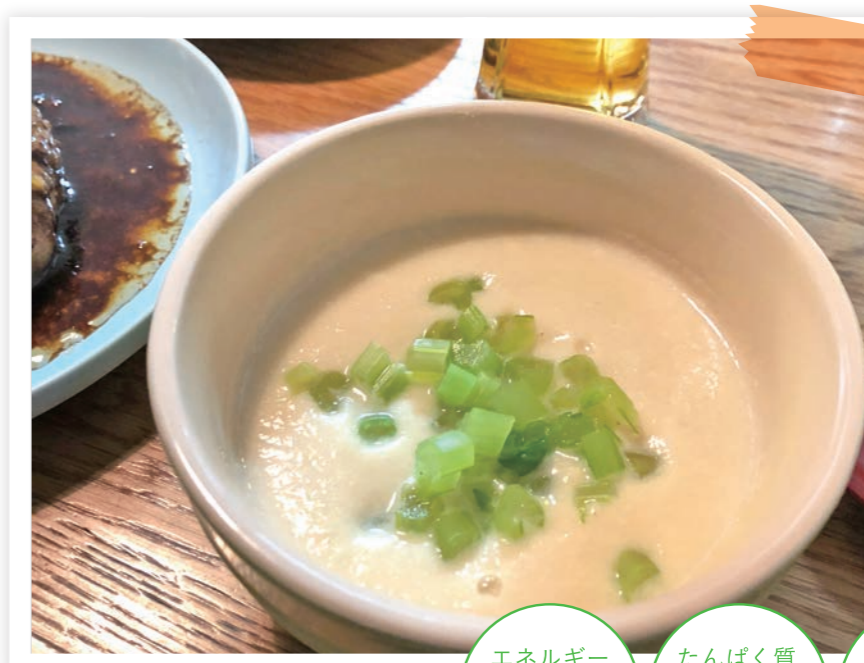
他にも、液剤、シロップ剤などがあり、様々な工夫がされている「のみぐすり」です。似ている名前でも全く効果の発現の仕方が異なることもあるので、ご注意ください。

災害が起こった時などに備えて、「お薬手帳」「eお薬手帳」などを利用すれば、どんな薬を使っているのか確認することができるので安心です。

がくさい キッチン

かぶと豆乳のポタージュ

～白のハーモニーであつたまろう～



エネルギー
229
kcal

たんぱく質
9.1
g

食塩相当量
1.2
g

約25分

〈1人あたり〉

材料 (2人分)

- かぶ……………200g(約2個)
- 玉ねぎ……………50g(約1/4個)
- にんにく……………1g(お好みで)
- オリーブオイル……………3g(小さじ1弱)
- 調整豆乳……………200cc
- 顆粒コンソメ……………1g(小さじ1/2弱)
- 味噌……………5g(小さじ1弱)
- 塩こしょう……………少々
- 水……………適量(ゆで用)

作り方

- 1 かぶの葉は1～2cm大に切り、下ゆでしておく。
- 2 かぶの皮を剥き8等分に切る。鍋にかぶを入れてかぶるくらいの水を入れ、中火で約6分、沸騰したら弱火にして約10分加熱する。
- 3 にんにくはみじん切り、玉ねぎは1mmの薄切りにする。フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを入れ、玉ねぎを加えて中火でしんなりするまで約5分炒める。
- 4 柔らかくなったらかぶを取り出し、3と調整豆乳と一緒にフードプロセッサー又は、ミキサーにかける。
- 5 滑らかになったら鍋に戻し、顆粒コンソメと味噌を入れて温めながら溶かし、塩こしょうで味を整える。
- 6 5を器に入れて、下ゆでしたかぶの葉を盛付けいたら出来上がり。

コツ・ポイント

かぶが滑らかになるまでフードプロセッサー又は、ミキサーにかける。

— 栄養のおはなし —

かぶはビタミンCやカリウムが比較的多く、消化酵素のジアスターゼが含まれているので健胃効果が期待できます。かぶの葉はカロテン・ビタミンB1・ビタミンB2・ビタミンC・カルシウムなどが豊富です。また、豆乳に含まれるイソフラボンは血中コレステロールの上昇を抑える働きがあるため、動脈硬化予防に効果があります。