

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
初診	菅(※1)		菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)			
	小牧		日野(※2) (第2・4週) (紹介予約のみ)	日野	上島	担当医
再診(予約制)	菅(※1)		菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)			
	小牧		菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)	菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)		
再診(予約制)	菅(※1)		菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)			
	菅(※1)		菅(※1) (第1・3・5週) (紹介予約のみ)			

【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

内科

	月	火	水	木	金	土
午後初診						
午後再診		森(第2・4週)				

循環器科

	月	火	水	木	金	土
午前再診(予約制)			的場		的場	

皮膚科

	月	火	水	木	金	土
午後初診(予約制)			沼(第1・3週) 堀田(第2・4・5週)			

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(予約制)			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(予約制)	担当医	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
整形外科	久保 俊一	所長	【予約診のみ】火(第2週)	
	上島 圭一郎	病院長	【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	副部長	【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)	
	小牧 伸太郎	副部長	【初診】火	【再診】月・木
内科	森 洋一	理事長	【初診/再診】火(午後のみ)(第2・4週)	
	的場 弥生	医師	【初診/再診】水・金(午前のみ)	
循環器科	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)	
リハビリテーション科	担当 医	医師	【初診/再診】水(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。

Summer
Volume.04
2019

がくさい Watch

| 広報誌 | がくさいウォッチ



〈INDEX〉

- ・所長、病院長就任ご挨拶
- ・新入職員紹介
- ・放射線科のおしごと紹介
- ・京都市域京都府地域
リハビリテーション支援センターのご紹介

- ・がくさい病院 2018年度活動報告
- ・くすりについて知ろう!
- ・がくさいキッチン
- ・外来診療案内



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>



一般財団法人 京都地域医療学際研究所

がくさい病院

京都地域医療学際研究所 所長 久保 俊一

京都地域医療学際研究所所長に 就任して



[PROFILE]

くぼ としかず
所長 久保 俊一

- 1978年 京都府立医科大学医学部医学科卒業
- 1983年 京都府立医科大学大学院医学研究科修了
- 1983年 米国ハーバード大学留学(Massachusetts General Hospital)
- 1990年 京都府立医科大学整形外科学教室 講師
- 1993年 仏国サンテチエンヌ大学留学
- 1993年 京都府立医科大学整形外科学教室 助教授
- 2002年 京都府立医科大学整形外科学教室 教授
- 2009年 京都府立医科大学附属病院 副病院長(兼任)
- 2010年 日本股関節学会理事長
- 2013年 京都府立医科大学医療センター 所長(兼任)
- 2013年 京都府立心身障害者福祉センター 所長(併任)
- 2014年 京都府立医科大学リハビリテーション医学教室 教授(兼任)
- 2015年 京都府立医科大学 副学長(兼任)
- 2016年 日本リハビリテーション医学会 理事長
- 2017年 京都府リハビリテーション教育センター長(兼任)
- 2019年 京都地域医療学際研究所 所長、京都府立医科大学特任教授
現在に至る



2019年4月1日付けで、京都地域医療学際研究所所長を拝命致しました。

私は1978年に京都府立医科大学を卒業し、整形外科学教室に入局しました。その後、米国のハーバード大学や仏国サンテチエンヌ大学への留学などを経て、2002年から京都府立医科大学整形外科学教室教授に就任し、2014年からはリハビリテーション医学教室教授も兼任して参りました。2010年日本股関節学会の理事長に、2016年日本リハビリテーション医学会理事長に指名され、現在もそれらの職務を担っております。大学卒業後の約41年間、整形外科学領域とリハビリテーション医学領域の臨床・研究・教育に従事する日々を送って参りました。

がくさい(学際)とは「異なった学問領域の境界」であり、その境界にまたがる課題を解決することが学際研究です。1981年に設立された本研究所の理念は時代を先取りしており、現在最も必要とされている地域医療のあり方を実践しながら探ってきた優れたものです。高齢化が進む地域社会の中で、長年に渡って質の高い医療や介護を学際的かつ総合的に提供してきています。

研究所の中核的施設である「がくさい病院」ではスポーツ外傷や変形性関節症を中心とした運動器疾患診療と急性期・回復期・生活期のリハビリテーション診療が幅広く学際的に行われています。患者さんの背景や状態はそれぞれ異なりますが、若年者から高齢者まで、機能を回復し、障害を克服し、活動を賦活化する質の高い取り組みがなされています。目指すところは患者さんの「活動を育むこと」であり、QOLを向上させています。臨床的成果については臨床研究の立場から学術発表や学術論文で国際的に発信し実績を積み重ねてきています。私はがくさい病院とはご縁があり、移転前の北区に所在した頃から約30年に渡って臨床面や研究面で関わりを持たせてもらいました。

がくさい病院の基本理念である、「安全で安心な医療と介護の提供」、「思いやりの心で患者・利用者本位の医療・介護」、「急性期から生活期まで切れ目のないサービス」を高いレベルで実践し、発展させていくことは最も大切なmissionです。40年余り勤務した京都府立医科大学で得た知識や経験をもとにしっかり貢献させていただきたいと考えております。よろしくご挨拶致します。

がくさい病院 院長 上島 圭一郎

病院長に就任して



[PROFILE]

うえしま けいいちろう
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
- 2013年 京都府立医科大学大学院 運動器機能再生外科学 講師
- 2017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
- 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
- 2018年 京都地域医療学際研究所 がくさい病院 副院長
- 2019年 京都地域医療学際研究所 がくさい病院 院長
現在に至る



2019年(平成31年)4月1日付けでがくさい病院の院長に任ぜられました上島圭一郎と申します。がくさい病院へは昨年の11月に京都府立医科大学から赴任し、副院長を務めておりましたが、小西前院長の後任として院長職を引き継がせていただきました。がくさい病院は、これまで関節外科・スポーツ整形を中心とした整形外科診療と回復期リハビリテーション診療を病院の柱として、痛みや障害で困られた方が日常生活や社会生活に戻れるように地域の医療に貢献してまいりました。これからもみなさまの信頼に応えられるような安心、安全でかつ質の高い医療を実践して、京都市域の中核病院としての役割を担っていきたくと思っています。整形外科診療では、菅寛之部長のもと日野学副部長、小牧伸太郎副部長、下村征史医員と私を含めて5名体制で診療にあたっています。主に関節外科、スポーツ整形外科を中心に年間1,000件を超える手術を行っています。人工関節置換術(膝・股関節)、骨切り術、膝靭帯再建術を数多く手掛け、京都府内ではトップクラスの実績があります。手術前後のリハビリテーション治療にも力を入れ、早期の機能回復を目指し、社会生活・スポーツ活動への復帰のお手伝いをしています。

回復期リハビリテーション医療では、前田博士部長のもと横関恵美医師、久保元則医師の3名に加えて看護師、

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、社会福祉士によるチーム医療を行っています。おもに京都市内の急性期病院と緊密な連携を取りながら、医療、看護、介護面において最も高い施設基準を満たす安全で質の高い、患者さんのニーズに即したリハビリテーション診療を行い、高い在宅復帰率の実績をあげています。

当院での診療は京都府立医科大学の整形外科、リハビリテーション科、麻酔科をはじめ複数の教室から診療支援を得ながら、大学病院と連携して診療・教育・研究の中核病院としての役割も担っています。また、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、教育システムや療法士の質の向上にも取り組んでいます。これらの取り組みは京都府、各地区医師会、他の医療機関とも連携して実践しています。京都市域のリハビリテーション支援センターとして、地域のリハビリテーション体制の強化と充実を図っています。

時代は平成から令和へと引き継がれていきますが、今後も京都地域医療学際研究所ならびにがくさい病院をよろしくご挨拶いたします。

新緑×新力×みずみずしく咲く



新入職員歓迎会

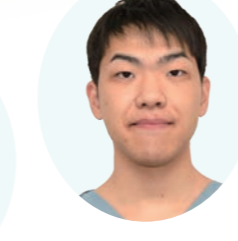
平成31年4月、総勢17名の新入職員が入職しました。強い思いと少しの緊張を抱いて入職した職員たち。爽やかな笑顔と意気込みで仕事を始めています。これからたくさんの経験を積み、知識を蓄え、患者さんに力をそそいでいきます。熱い抱負と研修の様子を紹介します。

理学療法士 S.Aさん

国家資格を得て、自分が目指していた理学療法士として働けることがとても嬉しく、やる気いっぱいです。しかし同時に不安や疑問も多くあり、学ばなければならないことが多いと感じています。患者さんに全力で向き合い、患者さんの回復と一緒に喜び合えるように、理学療法士として大きく成長していきたいです。

看護師 M.Sさん

4月から回復期リハビリテーション病棟に就職しました。覚えることが多く毎日必死ですが、患者さんの言葉や笑顔に元気を頂き日々働いています。1人ひとりの患者さんを理解できるよう努め、回復期における患者さんの思いを尊重した看護を目指して頑張りたいと思います。



新入職員研修

新入職員の研修は5日間行われました。皆真剣そのもの、意気込みを感じます！はつらつとした笑顔★気合い★あたたかみを感じます



ポジショニング研修



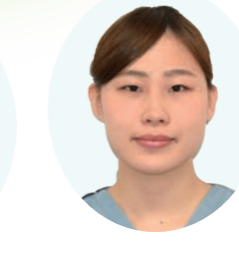
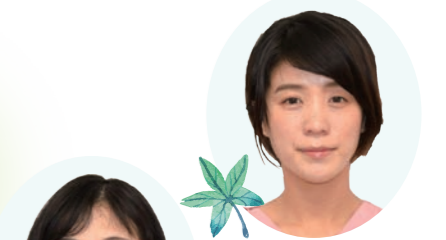
前田リハビリテーション科部長



救急の研修

システム管理課 H.Yさん

4月からシステム管理課の職員として働かせていただいております。私自身が医療行為や施術を行うわけではないですが、職員の方々がスムーズに業務を行うためにシステムという面から支えていけるように努めます。頼っていただけるような存在になりたいです。よろしくお願いたします。



放射線科のおしごと紹介

放射線科では、主にエックス線または電磁波を使用する検査を担当します。
我々は「診療放射線技師」という国家資格を取得した放射線検査のスペシャリストです。

がくさい病院 放射線科では3名の診療放射線技師で検査業務を行っております。放射線科では日々精度の高い検査を行うために知識を深め、技術を磨くとともに画像工学に基づく画質改善の研究や新しい技術の検討・研究も行っております。このような鍛錬を惜しまず、医師からの期待以上の質の高い検査結果を報告することで、患者様に最大のメリットを提供できるよう努力しております。

一般撮影装置



←一般撮影検査の様子

上の写真は、一般撮影検査いわゆるエックス線撮影検査(レントゲン撮影)です。一般撮影検査は、エックス線を発生させる装置と記録する装置の構成で行われます。当院では各システムの最新装置を導入しました。一般撮影装置は操作性にも非常に優れ、撮影精度が飛躍的に向上したことに加え、エックス線の出るエックス線管球が撮影位置に自動で動くように設定できる等様々な最新鋭機能があり、検査のスピードアップに役立っています。また、デジタルエックス線撮影パネルにより、画像の質も向上しています。

MRI検査

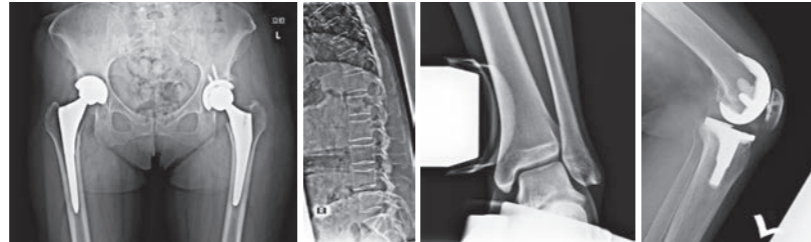


MRIとはMagnetic Resonance Imaging(磁気共鳴画像)の略で、大きな磁石の中に寝ていただき、そこに電磁波を当てることによって体の画像を作っています。特徴として放射線を使用しないため、放射線被ばくがありません。ほとんどの部位を撮影できますが、特に脳・脊髄・関節等の診断に優れています。また造影剤を使用しないで血管像が得られるので、動脈瘤などの発見にも有用です。

MRI検査では、検査を安全に受けていただくために毎回、問診票の記載をお願いしております。
検査中に気分が悪くなった場合の連絡用にブザーをお渡しします。
検査がはじまると、工事現場のような大きな音がします。
検査時間は約30分ほどです。その間は動かないようにお願いします。



デジタルエックス線撮影パネルで撮影したエックス線画像

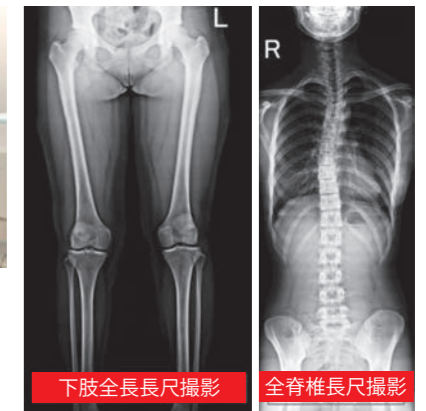


透視検査装置



透視撮影検査室

嚥下造影検査時

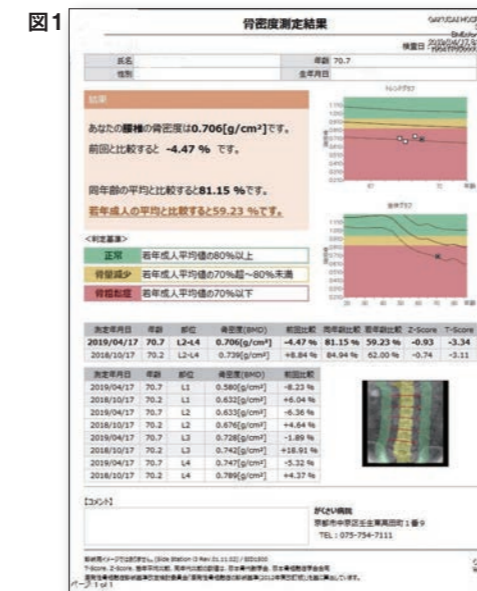


下肢全長長尺撮影

全脊椎長尺撮影

一般的には胃のバリウム検査で用いられる透視検査装置ですが、当院では関節注射、神経根ブロック、整復治療や嚥下造影検査といった透視検査にこの装置を用います。

当院では最新鋭の装置を導入し、透視検査以外にも従来の装置では困難であった多くのエックス線撮影が可能となりました。高性能なエックス線受像器の搭載により瞬時に高精細な画像を取得でき、さらに股関節から足の先までの下肢全長や首から腰の下全てをカバーした全脊椎が正確に撮影できます。またこの装置は骨密度検査も可能です。骨密度は現在最も普及しているDEXA法(二重エネルギーエックス線吸収法)にて測定します。この方法は骨量が高い精度で、しかも短時間で測定できます。測定には、10秒ほどの息止めが必要ですが、仰向けで寝ていただくだけの簡単なものです。測定結果は、図1のような平均と比較したグラフと数値で表示されます。



ポータブル撮影装置

ポータブルエックス線撮影装置はエックス線照射後、2秒でモニターに高精細なエックス線画像が表示されますので、特に手術室での術中や術後の撮影といった迅速な画像確認が必要な場面で大きな効果を発揮しています。



京都市域京都府地域 リハビリテーション支援センターのご紹介

京都市域京都府地域リハビリテーション支援センター
副センター長/コーディネーター 清水真弓 (理学療法士)

京都府には、府内二次医療圏域に1カ所ずつ“地域リハビリテーション支援センター”が設置されています。

この地域リハビリテーション支援センターでは、リハビリテーション従事者の育成、医療・保健・福祉分野の関係機関等に対する連携の推進と、リハビリテーションの情報提供を行っています。こうした活動を通じて、高齢者や障害をもつ方々が住み慣れたところで、そこに住む人々と共に安全でいきいきとした生活が送れるように、包括的な支援を行っています。

京都市域においては、政令指定都市である京都市と京都府が連携し、平成23年に当法人のがくさい病院にその指定を置くことになり、地域包括ケアシステムに基づき地域におけるリハビリテーション支援を行っています。言い換えると、地域リハビリテーション支援センターとは「安心安全な地域づくりをリハビリテーションの視点を通じ協力・支援していく」ところです。

その活動は様々な調査を通して、担当圏域のリハビリテーション資源の把握を行いながら活動に活かしています。リハビリテーション関連従事者(ケアマネジャー、介護職、看護職、生活相談員、地域包括支援センター等)に対する主な活動としては以下のものです。



- ①訪問相談事業(アウトリーチ活動)：直接現場へ出向き、相談内容についての状況(身体機能や生活環境、利用サービスなど)を確認し、支援する
- ②リハビリテーションの普及・啓発：事例検討会や研修会等の開催
- ③ネットワーク形成：さまざまなネットワークづくりを通して、同職間や多職種連携を深める

地域リハビリテーション支援センターには、センター長(医師)とコーディネーター(リハ専門職)を配置することが定められており、平成31年4月からセンター長は小西医師から上島医師(がくさい病院病院長)へ変更となりました。

新たな新体制で今後とも活動を継続してまいりますので、地域リハビリテーション支援センターの活動にご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。



がくさい病院 2018年度活動報告



病院機能評価受審

病院機能評価を受審致しました。当評価は、公益財団法人日本医療機能評価機構が第三者として全国の病院を対象に組織の運営管理および提供される医療について、中立的・科学的・専門的な見地から評価を行うものです。客観的視点で評価を頂くことにより、職員では気づき難い点や、より良い医療提供のための改善を知ることが出来ました。

医療安全BLS指導者研修会

院内のBLS指導者の育成を目的に研修を行いました。今回は、京都府立医科大学附属病院 救急医療学教室教授 太田 凡先生にご指導をいただきました。



がくさい健康塾

京都商工会議所におきまして、「健康寿命を延ばそう!ロコモって何?」をテーマに、京都府医師会健康日本21対策・スポーツ医学委員会委員、日本整形外科学会公認ロコモアドバイザーの劉 和輝先生にご講演頂きました。

看護実習生受け入れ

当院では、年間を通して看護実習生を受け入れています。「患者さんにとって最善の医療とは何か」を共に考え、看護師としてのやりがいや、学びを深めてもらえるよう実習指導を行っています。



管理職研修

当法人の主任以上の管理者が一同に会する研修であり、毎年開催しています。今年度は「医療・介護における倫理の基本について」というテーマで外部講師を招き、座学とグループワークを行いました。



※BLS(basic life support)とは、心肺停止または、呼吸停止に対する1次救命処置のことです。

第2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ます。今回は、「外用薬(のまないくすり)」のなかでも、「はり薬(貼付剤)」について紹介します。

はり薬(貼付剤)

薬を皮膚から吸収させるので、効果がゆっくり発現し、持続します。のめない方にも使え、食事の影響も受けず、全身性の副作用を軽減します。
局所的な効果を目的とした痛み止めや抗生物質などのはり薬や、全身的な効果を目的とした喘息、心疾患治療剤や女性ホルモン剤、認知症剤を含むはり薬などがあります。成分によっては「光線過敏症(以下に記載)」が起こることがあります。処方された薬を他の人にあげたりするのは大変危険です。
はり薬を貼る前には、患部を清潔にし、汗などでぬれているときはよくふき取りましょう。同じところに貼る時は、時間をあけてから貼ってください。

湿布の種類(鎮痛剤)

●パップ剤(湿布)

- ・温湿布: トウガラシエキスが入っていて、皮膚の温度を上昇させて、血管を拡張し、炎症物質の吸収を促進し、消炎、鎮痛をはかります。はがしてからすぐにお風呂に入ると、肌がヒリヒリするので入浴30分くらい前に、はがしてください。
- ・冷湿布: サリチル酸やハッカ油などの作用によって、皮膚の温度を下げて、血管を収縮させ、新陳代謝が妨げられて、炎症を鎮め、痛みを軽くします。

●テープ剤(プラスター剤)

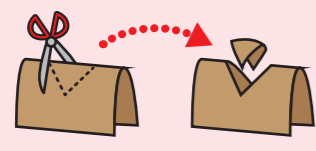
はがれにくいような設計がされています。はがす時はゆっくりと皮膚にそって優しくはがすと、テープかぶれの防止になります。

光線過敏症

ぬり薬やはり薬を使用した部位が日光に当たって過敏症状を起こし、発疹、発赤、かゆみや腫れて水ぶくれができたりし、全身にひろがることもあります。
薬を使用した部位は、曇りの日でも濃い色の服や長袖、サポーターなどで日光にあたらないようにしてください。
外用薬以外にも内服薬、化粧品、食品などによっても起こることがあります。

パップ剤の貼り方の紹介

貼付剤を2つに折り中央にVの字の切り込みを入れます。



ひざへ貼付



切れ目を穴から膝頭にあて、貼ります。

ひじへ貼付



ひじを軽く曲げた状態で切れ目をひじ先にあて、貼ります。

災害が起こった時などに備えて、「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 第4回 水無月風☆ヘルシームース

～豆腐とヨーグルトで厄払い～



〈1人あたり〉

エネルギー
131
kcal

たんぱく質
7.0
g

カルシウム
90
mg

約 15分

材料 (2人分)

- 木綿豆腐 ……………100g(約1/3丁)
- プレーンヨーグルト ……………70g
- 砂糖 ……………10g
- ゼラチン ……………3g
- 水 ……………大さじ1
- 小倉あん(缶詰) ……………20g

作り方

- 1 ゼラチンと水を混ぜ、馴染ませておく
- 2 木綿豆腐・プレーンヨーグルト・砂糖をミキサーにかけて滑らかになったらボウルへ移す。
- 3 1を600wのレンジで20秒かけて溶かし、2へ加えて混ぜる
- 4 器に入れて冷蔵庫で冷やし固め、小倉あんを乗せたらできあがり。

— 栄養のおはなし —

木綿豆腐は、絹ごし豆腐よりも高たんぱく質・低カロリーでカルシウムやイソフラボンが多く含まれており、骨粗鬆症やがん、動脈硬化の予防に効果があります。小豆も同様であり、ヨーグルトに含まれる乳酸菌と一緒に食べることで、より効果を発揮します。