

大阪病院だより

すこやか

2021年度
開院予定

大阪病院はJR寝屋川公園駅近隣に
新築移転を計画しています



診療部整形外科医師
中嶋 高子

患者は医療チームの重要な一員として、医療を共につくっていく重要な担い手である。

医療の様々なレベルで、患者、家族、医療者が積極的に協働する。

医療者が「こうあるべき」と考えるのではなく、患者の視点が重要である。

治療の目的や選択基準は「生存率の向上」や「検査値の正常化」ではなく、
患者の大切なものを守ることが基本。

患者のライフスタイルを医療者も把握し、

医療者と患者が一緒になってよりよい医療をつくっていくものである。



INDEX

P1 病院職員からのメッセージ **P2** 膝人工関節について **P3** 膝部のリハビリについて

P4-5 女性健診の充実化、健診専用フロアの設置

P6 外来診療一覧表、秋の看護部イベント案内、プライバシーマーク付与認定、表紙写真注釈

膝が痛くて毎日つらい方へ

リハビリ・お薬・ダイエット・サプリメント、全てだめだった...

手術(膝人工関節)を考えてみませんか？



膝人工関節にはさまざまな種類がありますが、「すり減った関節の表面を削って金具をかぶせる」方法が一般的です。ちょうど虫歯の治療で歯医者さんが「虫歯を削って、銀歯をかぶせる」方法に似ています。



キタムラ タカシ
北村 卓司 診療部整形外科部長

【プロフィール】

日本整形外科学会専門医
一般整形外科全般を診ています。十分な相談と説明のもとに、満足度の高い医療を提供していきたいと思っております。

膝人工関節手術

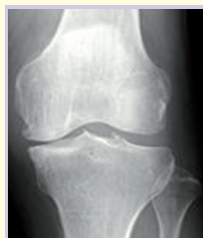
前

後



正常

- 正常な膝軟骨



中等度

- 正座しにくい
- 階段の上り下りで痛む
- 水がたまる



軽度

- 立ち上がる時痛む
- こわばる
- 動き始めに痛む



重度

- じっとしていても痛む
- 曲げ伸ばしが困難
- 歩行時に横揺れ
- 歩行困難

TKA 全人工膝関節置換術

全人工膝(ひざ)関節置換術(TKA)は、変形性膝関節症や関節リウマチなどにより変形した関節を、金属やセラミック、ポリエチレンなどでできた人工膝関節で入れ替えることで痛みがなくなり、歩行能力が大きく改善されます。

ほとんどの患者さんは術後2~3週で杖を使って歩くことができます。痛みやこわばりが大幅に解消し、今まで苦痛だった日常の動作が楽にできるようになります。術後は車の運転はもちろん、水泳やサイクリング、またゴルフやハイキング程度の山歩きもできるようになり、筋力低下や骨粗鬆症の予防にもなります。入院期間は約1ヵ月程度です。



通常の人
工関節



- 丈夫で長持ち
- 安定した成績

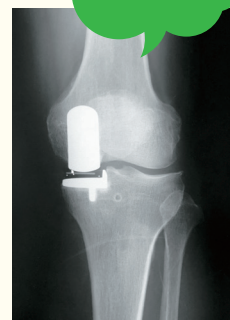
UKA 単顆型人工膝関節置換術

単顆型人工膝(ひざ)関節置換術(UKA)は、膝関節のすべてを人工物に置き換える全人工膝関節置換術(TKA)と違い、悪くなっている部分だけを人工物に置き換える手術です。

したがって、膝関節のその他の部分を温存できます。手術の負担が小さいため術後の回復が早く、人工関節の違和感も非常に少ないのが特徴です。ほとんどの患者さんは術後1~2週で杖もなく歩くことができます。痛みやこわばりが大幅に解消し、今まで苦痛だった日常の動作が楽にできるようになります。自転車や車の運転はもちろん、術前でできていたことはほぼそのままできると考えてもらって差し支えありません。入院期間は約2~3週程度です。



小さな
人工関節



- 自然な仕上がり
- 早い回復

当院では患者様の状態に合わせ最適な治療方針を提案しております。

手術は最終手段であり、リハビリや生活指導などの保存治療を十分行うことが大切と考えています。

当院リハビリテーション科と共に、あなたの膝の健康をサポートいたします。





リハビリ検診のご案内

変形性膝関節症が原因で
膝の痛みに悩んでいませんか？



■ 一般的なリハビリ

変形性膝関節症の治療の一つに**運動療法**があります。
手術以外で、国際的に効果が証明されている治療の指針でも、
運動療法(太ももの前側の筋力強化、関節可動域練習、柔軟運動)が推奨されています。

その運動療法をコツコツと継続することで、筋力のバランス、
関節の硬さなどの機能障害を改善させ症状の改善が図られます。
しかし、「なかなか続かないわ～」という声を患者様からよく聞きます。

当院のリハビリ検診の特徴

当院のリハビリ検診では、医師とリハビリスタッフが情報を共有しながら、
痛みの程度、骨の変形度合いによるクラス分けを行い、
患者様の**膝の動き、筋力、バランスや歩くスピード**などを検査し、

**現在のご自身の膝や歩行が、どのような状態かを
詳細に検査を致します。**

【レントゲン以外に、アンケート、身体機能検査、質問紙検査、体組成計(筋肉量)など多角的評価】



全5回(初回、1か月後、3か月後、6か月後、12か月後)のコース!

個々に応じた自宅でのトレーニングや、膝の負担を減らす生活の工夫など、一人一人に合った運動を
ご提案・指導致します。そして、定期的な評価を行い状態をチェックし、**運動療法継続をサポートします。**

思う存分に

歩けるようになることを目指します!
当院、整形外科を受診ください!



変形がひどく、痛みが強いなど症状の改善がみられない方は、
全5回とは別に**個別リハビリ**を受けることができます。

■ 個別リハビリとは!

約2か月間、週2回程度通院していただき、集中的にプログラムを実施いたします。

残念ながら症状の改善が見込まれない場合は、人工関節の手術が必要になる場合もあります。

手術までの期間に、リハビリを行い膝の状態(筋力・関節の柔軟性)を良くすることで、手術してから歩くまでの日数が変化します。

そのため膝の状態を良くしておくことは、非常に重要です。



～女性向けがん検診：設備を充実！！～ 乳がん検診・子宮がん検診受けていますか？

女性の皆様、乳がん検診・子宮がん検診は受けておられますか？大阪病院では金曜日の午前中に「マンモグラフィ検査」と医師の直接採取法による「子宮頸がん検診」を受けて頂けるようになりました。

事前予約を原則とさせていただきますが、当日でも追加可能な場合があります。増加傾向著しい乳がん・子宮がん、企業健診でこれらの検診機会がなかった方、住民健診の機会を逃してしまった方など、積極的に受け取ってください。

男性の皆様も、奥様・お母様・お嬢様にお声をおかけください。



🌸 メタボ健診も大事だけど～忘れてはならないがん検診～

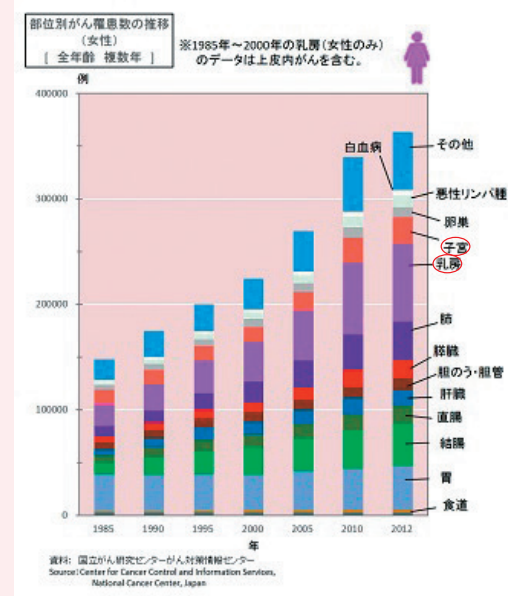
日本人の死因の第1位は「がん」で死亡総数のおよそ3割をしめています。

欧米では、がん死亡が頭打ちもしくは減少してきていますが、日本では依然増加傾向が続いています。医療のレベルは変わらないのに日本のがん死亡が減らない原因のひとつに、がん検診受診率が低いことがあげられます。アメリカでは乳がんと子宮頸がんの検診受診率は70～80%に対し、日本ではいまだに乳がん、子宮頸がんともに40%台にとどまっています。がん検診を受けていれば助かったはずの方が大変多いと推測されます。

2～3人に1人ががんになる時代、がん検診は積極的に受けましょう。

🌸 増加している乳がん！

乳がんは急増し、女性がかかりやすいがんのトップになっています。2016年国立がん研究センターが公表した統計では、生涯で女性が乳がんになる確率は約9%、つまり11人に1人が乳がんになり、8人に1人程になる日も近いと予測されています。乳がんは早期発見し治療すれば完治しやすく、治療も日々進歩しています。早期乳がんは自覚症状がないことが多いので、早期発見・治療のために乳がん検診を積極的に受けましょう。



乳がんの罹患率 ▲

🌸 乳がん検診：いつから、何を、何年毎？

乳がんは30歳代から増加し始め、40歳代半ばから後半にピークとなり、横ばいで推移し60歳代半ばからは減少します。

ただし近年、食生活の変化が影響してか欧米女性のように閉経後の乳がんも増加する傾向がみられます。

対策型検診（住民健診）では日本の乳がん死亡率を減少させる（集団の利益）目的で40歳からマンモグラフィを2年毎に行うのが標準ですが、人間ドックでは個人の利益により重点を置き30歳代の女性も受けて頂けます。また検査法も住民健診では40歳代はマンモグラフィ2方向、50歳以上は1方向のみですが、ドックでは年齢に関わらず死角が少ない2方向検査をおすすめします。20歳代の方もご希望の方は乳腺エコー検査を受けて頂けます。

アジア人女性は欧米人女性と比較して、マンモグラフィで乳腺が

高濃度に写る方が多い（50歳以下の約80%）ということがわかっています。高濃度に写ると乳がんの所見が「隠れて」発見が困難となります。乳腺エコーを併用することでがん発見率が上がることが期待できます。

40歳以上の方もマンモグラフィを基本に、乳腺エコーの併用も検討されてはいかがでしょうか。

画像検査は以前との比較で得られる情報も多く、1個のがん細胞から浸潤がんになるまでの過程で発見するためには、定期的に（1～2年毎）に受けて頂くことをおすすめします。また画像検査で異常が目立たないがんや成長の早いがんの発見のため、月一回程度の自己触診を継続することも大変重要です。

🌸 ～マンモグラフィ～痛かった方も「再挑戦」を！

マンモグラフィは乳腺を薄く引き伸ばして撮影することで、微細ながんのサインを映し出すことを可能とした技術です。痛みの程度は個人差や月経周期によっても違いがあります。

新しいマンモグラフィの機器は、痛みを減らす工夫がされています。「痛みがない」とまでは言えませんが一般には痛みよりも価値（受けるメリット）の方が格段に大きいと考えてよいのではないのでしょうか。



検査でわかりにくい乳がんも！ 症状があれば乳腺外科へ！

高濃度乳房など様々な要因でがんがあっても必ず検査で異常が指摘できるとは限りません（偽陰性）。

しこりが触れるなど自覚症状がある場合はがんの可能性が高く、検診ではなく保険診療で適切な検査法（精密検査）で調べてもらう必要があります。乳腺外科を受診してください。過去に医療機関（乳腺外科）での経過観察を受けるよう指示された方も同様です。

～「要精密検査」～ 心配しすぎないで！でも必ず精密検査を！

日本対がん協会2017年度がん検診の実施状況から乳がん検診受診者を1万人に換算すると447人が「要精密検査」、精密検査を受けたのはそのうちの約407人、精密検査の結果がんが見つかったのは24人です。

「要精密検査」でも心配しすぎないでください。

逆に約10%の40人は精密検査を受けず、そのためがん発見のチャンスを逃した方がおられます。

精密検査は必ず受けましょう。

🌸 子宮頸がん検診～20歳代前半から！

子宮頸がんになる方は20歳代から増え40歳代がピークです。

若い女性に目立ち、近年増加傾向が著しいがんです。

子宮頸がんはHPVというウイルスが性交渉で感染することがきっかけで起こります。検診で異常が疑われた場合には、がんとの関連が特に強いといわれるハイリスクHPVの検査も行われます。海外では子宮頸がんの50～70%の原因とされる2種類のウイルス感染を予防するHPVワクチンが積極的に接種されています。しかし日本ではワクチン普及が遅れており、検診受診率の低さとあわせてさらなる子宮頸がんの増加が心配されます。

HPVウイルスに感染して正常細胞が浸潤がんになるまで通常5～10年以上かかるので、20歳代前半から定期的に検診を受ければ前がん病変の段階で見つけることも可能です。

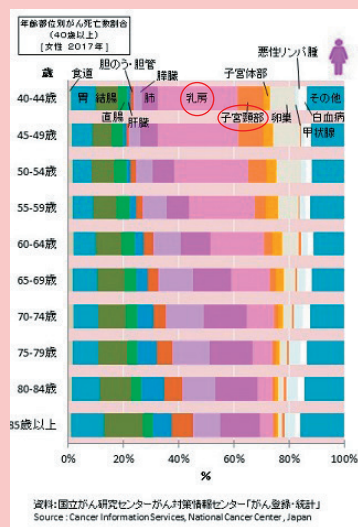
頸がん検診は子宮頸部（子宮の入口）を軽くこすり取ってがん細胞の検査を行います。医師による直接採取では、疑わしい場所を含めて広範囲に擦過することができがんの診断率が上がることが期待されます。

乳がん検診同様に、出血など自覚症状のある方は婦人科で

保険診療をお受けください。子宮体がんや卵巣腫瘍が心配な方も婦人科で相談してください。

乳がん・子宮頸がんは増加しているだけではなく、自身が病気になることを想像しにくいような若い世代の死因となるという点からも検診が重要と考えます。

女性の皆様も定期的に健康診断を受診していただき、乳がん・子宮がんをはじめとした病気の早期発見・早期治療にお役立てください。



若い世代の乳がん・子宮頸がん死亡数割合 ▲



【執筆者】

コウヅキ マサコ

上月 雅子

出身校：徳島大学医学部 1991年卒

専門医資格等：日本内科学会総合内科専門医、日本リウマチ学会リウマチ専門医、人間ドック健康情報管理指導士、人間ドック健診専門医・指導医、検診マンモグラフィ読影認定医、乳がん検診超音波検査実施・判定医師

～大阪病院の健診が変わりました！～2階健診専用エリア開設！

大阪病院では令和元年6月から病院2階に健診専用エリアを開設しました。

落ち着いた明るい雰囲気の中で健診を受けて頂けるよう健診専用の受付、診察室や測定・採血室を広く確保しています。

外来患者様と動線を分離することで、スムーズにリラックスして健診を受けて頂けるようになり、好評をいただいています。

長らく人間ドックをはじめとした健康診断を受けておられない方、この機会にいちど大阪病院の健康診断を受けてみてください。皆様の病気の予防や早期発見のお役に立てれば幸いです。

職員一同お待ちしております。



健診フロア2階 測定・採血室 ▲



			月	火	水	木	金	土
内科	午前	①診	軸屋 龍太郎	小黒 英里	消化器内科 桑原 幹雄	真鍋 侑資	木村 裕美	真鍋 侑資※4
		②診	行木 伸一郎	東口 将佳	三宅 正剛	糖尿病外来 森田 真也	三宅 正剛	
		③診	松本 智成	松本 智成	松本 智成	松本 智成	東口 将佳	
	午後	①診	三宅 正剛	三宅 正剛	木村 裕美	西岡 紘治	西岡 紘治	
		②診	睡眠時無呼吸外来 松本 智成	リウマチ外来 前田 恵治	軸屋 龍太郎		禁煙外来 上月 雅子	
		③診		松本 智成		呼吸器外来 松本 智成		
外科	午前		呼吸器外科 中根 茂		禁煙外来 相良 憲幸	相良 憲幸	呼吸器外科 中根 茂	
	午後		消化器外科 富士原 知史※1					
整形外科	午前	①診	北村 卓司	山本 隆文	中嶋 高子	山本 隆文	北村 卓司	
		②診			山本 隆文 (予約制)		リウマチ外来 (予約制)	
	午後	①診		北村 卓司			中嶋 高子	
皮膚科	午後		上尾 礼子	山崎 文和※2・3	植田 郁子			
神経内科	午後				植木 秀伍			
泌尿器科	午前		小池 浩之	國方 聖司	小池 浩之	小池 浩之	小池 浩之	

診察受付時間 午前 8:45 ～ 11:30 / 午後 1:00 ～ 3:30

※1 月曜日午後の富士原医師の診察時間は、午後3:00までとさせていただきます。

※2 皮膚科の火曜日の診察時間は、午後1:30からとさせていただきます。

※3 皮膚科の火曜日の診察時間は、第4火曜は午後2:00まで、

その他は午後2:30までとさせていただきます。

※4 土曜日の内科①診は第2・4土曜のみの診察です。

秋の看護部イベント案内 ～秋の健康チェック【10月10日開催】のお知らせ～

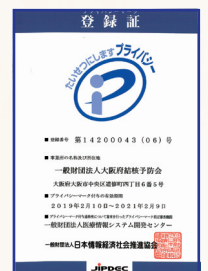
今年も毎年恒例の秋の健康チェックを開催いたします。場所は大阪病院玄関ホールです。午前中は各種計測を行います。普段はなかなか測定することのない酸素飽和度や毎回楽しみにいただいている骨密度の測定も予定しています。午後からは医療チームによる講演で、今回は泌尿器科の小池医師による排尿障害のお話があります。加齢とともに男女とも排尿による悩みが多くなると思います。夜間に何度もトイレに起きて眠れなかったり、トイレが近くなり、不安で外出をあきらめたり・・・これらは病気の可能性もあります。きちんと医療機関を受診し治療することで、つらい症状を改善することができます。この機会に排尿について理解し、トラブル改善に取り組んでみませんか。参加は無料です。皆様の参加をお待ちしております。



プライバシーマーク付与認定

当法人(一般財団法人大阪府結核予防会)は、2009年2月にプライバシーマークの認定事業者になって以来、2019年2月に5回目の更新審査を受審し、認定証「登録番号:第14200043(06)号」が付与されました。プライバシーマークは、個人情報の保護に関して適切な措置を講じる体制を整備している事業者であることを、第三者機関が審査し認定するもので、認定の継続には2年毎に更新を申請し審査を受けていきます。

大阪病院は、個人情報の保護活動を継続し、さらなる改善を積み重ねることで、個人情報保護のレベルを上げていくよう職員一丸となって取り組んでいます。



表紙写真注釈【滋賀県湖東/臨濟宗永源寺にて、11月末】

日本遺産「琵琶湖とその水辺景観」の構成文化財として認定されています。その参道/山門/開山堂を包む紅葉は湖東随一の美しさです。



一般財団法人 大阪府結核予防会 **大阪病院**

〒572-0854

寝屋川市寝屋川公園2276-1

TEL: 072-821-4781(代表)

FAX: 072-824-2312

URL: <http://www.osaka-hospital.org>

