

Sankka

讃歌
春号

京都九条病院 Communication Book

◎特集 関節スポーツ整形外科部長に

聞きました。

肩や肘の関節疾患の治療を行うとともに、
アスリートのメディカルサポートを行っています。

◎京都九条病院からのお知らせ

○介護老人保健施設 マムフロラに三船哲郎施設長が就任

○医療法人同仁会(社団)・医療法人社団京健会

平成30年度 合同入職式

○京都九条病院、新任医師の紹介

◎コミュニケーション広場

○知っててよかった「お薬豆知識」講座(第26講目)

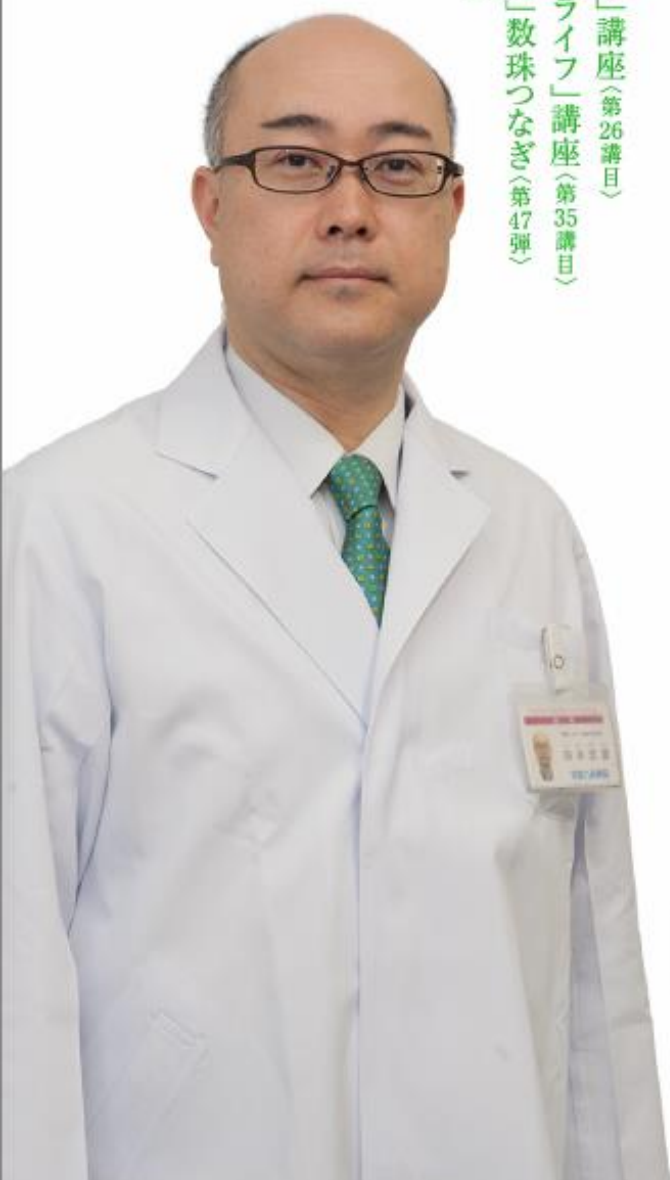
○暮らしの中で病気予防「健康ライフ」講座(第35講目)

○ドクターの「プライベート拝見」数珠つなぎ(第47弾)

○私の病院自慢あれこれ(第47回)

◎院内散策 ⑳

○平成29年度 看護研究発表会



関節スポーツ整形外科部長
四本忠彦



院長
山本垂水

vol.47
2018 Spring
春号

肩や肘の関節疾患の 治療を行うとともに、 アスリートの メディカルサポートを 行っています。



Tadabiko Yoisumoto

京都九条病院
関節・スポーツ整形外科部長
四本 忠彦

機能診断で 肩の痛みの原因を突き止め、 的確な治療を行っています

近年、中高年の人で肩の痛みを訴える方が増えています。腱が切れたりしていても、すぐに手術が必要という場合は少なく、リハビリを中心とした保存療法で治る場合がほとんどなのですが、だからといって放っておいてよいというわけではありません。きちんとした診断を受け、原因を突き止めて、それに対応したりハビリを行わなければいつまで経っても痛みが取れませんし、悪化してしまう場合も少なくないからです。

痛みの原因で多いのは姿勢パランスの崩れです。肩の大元である肩甲骨の位置がズレていたり、肩甲骨が乗っている胸部の位置、さらに胸部が乗っている骨盤や下半身の位置がズレていたりすることも多々あります。

肩の痛みを治すにはそうしたズレを直すことが重要ですが、そもそも肩甲骨のズレはいつどこから来ているのか、肩だけではなく全身を診て痛みの原因を判断する

必要があります。これを機能診断といい、その機能がどう肩に影響をしているのか、本当に肩が悪いのか、他のところが悪くて痛みが出ているのかを判断します。

動かしたときだけ痛むのか、安静にしても痛いのか、夜間にだけ痛むのかなど、どういった痛みがいつどのような状態で起きるのかによっても原因は異なってきます。これくらいなら大丈夫と自己判断をせず、専門医の診断を受け、機能回復を行うことが大切です。

K・SMARTで スポーツ選手を 総合的にメディカルサポート

京都九条病院的関節・スポーツ整形外科では、2013年にスポーツ医療チームK・SMART(医師、セラピスト、トレーナー、管理栄養士、薬剤師などのスポーツに関するエキスパートで構成)を立ち

上げ、契約したスポーツ選手や愛好家、またスポーツチームなどの医学的サポートを目的として、怪我の予防から治療後の復帰までを一貫してマネジメントしています。

アスリートの故障のほとんどはスポーツ障害です。とくに成長期の選手の場合、オーバーユース(過剰利用)で身体を使い続けたり、悪いところがあるのにそのまま練習を続けたりして起こる場合が多く、こうしたスポーツ障害を防ぐには何より予防が大切です。

日本ではまだ、怪我をしてから病院で診てもらおうという場合が多いのですが、私たちK・SMARTは、メディカルチェックを含めて予防活動から関わっています。定期的にメディカルチェックを行い、障害が起これば部位を予想し予防することによってリスクを減らすとともに、トレーナーが毎月、各学校やチームを訪問して選手たちの身体の状態を確認。少しでもおかしかったり、異常を見つけたときには、すぐに受診してもらおうため、大きな怪我や損傷にならないうちに治すことができます。

選手は試合に出たいがために、痛みがあったり調子が悪くても隠している場合もあり、それを見抜くにもトレーナーによるチェックは重要です。K・SMARTでは、当院のリハビリテーション課トレーナー部門の理学療法士が専門に治療やトレーナーとして

OUR HOSPITAL CONCEPT

京都九条病院の基本理念

良質な医療を安定的に提供します。
さらに常に最大限最高の医療の提供を目指す
前向きな姿勢を持ち続けます。

OUR HOSPITAL POLICY

京都九条病院の基本方針

- ① 医療は患者さまとご家族と医療者が協同して行うものと考えます。
- ② 「奉仕の精神」を持ち、親切な対応、サービスの向上を心がけます。
- ③ 公平・公正で良質な地域医療を、安定的に提供し続けます。
- ④ 急性期医療に24時間対応し、専門性の高い高度医療を充実させます。
- ⑤ 治療に関する情報はすべて患者さまに開示し、分かり易く説明します。
- ⑥ 最先端の予防医学・健診技術を用い、「地域の人々の健康」に貢献します。
- ⑦ 地域支援の中核として活動し、トータルヘルスクエアを進めます。
- ⑧ 各種研修指定施設として、高い技能を持つ人材を育成します。

「患者の権利」に関する宣言

京都九条病院では、患者さまの個人としての尊厳が守られ、より良い信頼関係の深まりとともに安心して医療が受けられるように、患者さまの権利に関する宣言を掲げます。

- ① 患者さまは、その社会的経済的地位・国籍・人種・宗教・年齢・性別・病気の種類によって差別されることなく、平等な治療を受ける権利を持っています。
- ② 患者さまは、自由に医療機関を選ぶ権利を持っています。
- ③ 患者さまは、十分な説明を受けた上で、治療を受ける権利あるいは治療を受けることを拒否する権利を持っています。
- ④ 患者さまは、医療のどの段階においても別の医師の意見を求める権利を持っています。
- ⑤ 患者さまは、医師ならびに医療従事者が患者さまについて知り得たすべての医療上の情報及び個人的情報が保護される権利を持っています。
- ⑥ 患者さまは、いかなる状態にあってもその人格を尊厳され、また尊厳をもってその人生を全うする権利を持っています。

私達京都九条病院職員は、患者さまの権利を尊厳し、十分な相互理解をもって、患者さまが最善の治療を受けられるよう最大限努力をします。私達京都九条病院職員は、良質な医療を提供し続けるために、常に前向きに努力することを誓います。



メディカルチェック
運動指導



メディカルチェック
エコー測定



メディカルチェック
筋力測定



メディカルチェック
可動域測定

の活動に従事しており、情報収集はもちろん医師との連絡役も担っています。さらに、普段から選手や指導者、保護者と密にコミュニケーションをとって信頼関係を築いており、それがチームのケア、サポートに対する安心にもつながっています。

また、管理栄養士や薬剤師の働きも重要です。スポーツ栄養の知識はアスリートの身体を作るために必要不可欠ですし、栄養剤や風邪薬でもうっかりドーピングにひっかかる場合もあるので、薬剤に対する知識も欠かせません。KSMARTでは、管理栄養士がスポーツ栄養指導を、薬剤師がスポーツ薬剤師として活動できる体制を整えており、例えば遠征先で

選手が風邪を引いてしまい、どの薬を飲めばいいのかといった問い合わせにも即座に対応できます。

もつと発信力を強めて、
メディカルサポートの
理解を上げたい

KSMARTでは現在12チーム、約400名のマネジメントを行っています。長くマネジメントを続けているチームでは、スポーツ傷害がほとんどなくなるなど、着実に成果が出てきています。また、個人のアスリートとの契約も多く、スノーボードの選手でプロ契約をした方や、陸上選手でユバパーシア

ードで活躍している方などもおられます。

KSMARTの活動がアスリートの成績に直結するわけではありませんが、使える身体、壊さない身体を作っていくという意味で、大きなサポートになっていることは確かだと言えましょう。

とはいえ、こうしたメディカルサポートの必要性を認識している方はまだまだ少数なのです。私たちはスポーツ栄養・薬剤教室や自分の身体の良い状態を保つためのコンディショニング教室を定期的に開いています。これから、こうした啓蒙活動に力を入れ、メディカルサポートに対する理解を広げるための努力をしていきたいと考えています。



コンディショニング教室



スポーツ栄養教室

介護老人保健施設 マムフローラに 三船哲郎施設長が就任



介護老人保健施設 マムフローラ
施設長

三船 哲郎

Tetsuro Mifune

この度、介護老人保健施設マムフローラに三船哲郎施設長が就任いたしました。

マムフローラは美しい竹林が広がる環境に恵まれた施設です。個人の生活スタイルを尊重するために、全100床のうち48床がユニット型の居室となっており、全スタッフが力を合わせて利用者さん一人ひとりの多様なニーズに対応し、早期の家庭復帰を目指して自立支援を行っています。

利用者さんやそのご家族さんに、心地よい施設であることはもちろん、施設を支えるスタッフの皆さんが、気持ちよく働けるように、コミュニケーションの取りやすい風通しの良い環境を整えていきたいと思っています。

医療法人同仁会(社団)・医療法人社団京健会 平成30年度 合同入職式



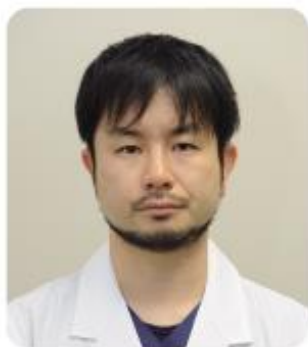
平成30年4月2日、京都東急ホテルに於いて、平成30年度の医療法人同仁会(社団)・医療法人社団京健会の合同入職式を行いました。

本年度は、介護老人保健施設マムフローラの三船哲郎施設長就任をはじめ、4名の新しい医師を含み47名が入職いたしました。京都九条病院は、新しいスタッフを迎えて、地域の中核病院としてさらなる充実を図るとともに、地域の皆様の健康を守る活動にこれからも積極的に取り組んでいきます。



京都九条病院、新任医師の紹介

平成30年4月より、京都九条病院に着任しました
新任医師4名をご紹介します。



外科
名幸 義仁

外来で怪我や傷などの外科の診療を行うとともに、消化器系のがんなどの手術を行っています。京都九条病院は地域医療に力をいれている病院であり、私も消化器外科医チームの一員として、地域の方々の健康生活に貢献したいと思っています。

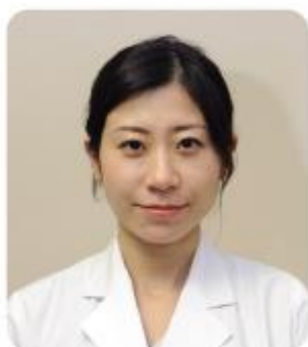
【資格・所属】
○日本外科学会 外科専門医／○医学博士／○日本消化器学会
消化器外科専門医／○日本がん治療認定医機構 消化器がん外科
治療認定医



精神科・心療内科
西村 幸秀

京都九条病院では高度な急性期医療を提供していますが、環境の変化やストレス過多により、さまざまな精神症状(不安・抑うつ・不眠など)を併発することもあります。入院・入所中のさまざまな不安やストレス、心身の不調に対して、患者さんとご家族に寄り添った診療を心掛けています。

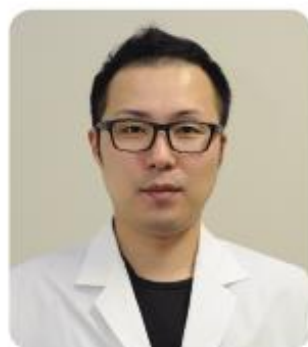
【資格・所属】
○京都府立医科大学 医学博士／○京都府立医科大学特任講師
(精神医学教室・認知症疾患医療センター)／○日本精神神経学会
認定 精神科専門医／○厚生労働省 認知症サポート医／○厚生労働省
精神保健指定医／○日本医師会認定 産業医／○公益財団法人日本スポーツ協会 公認スポーツドクター／○日本医師会認定
健康サポート医



消化器内科
水野 莉奈

消化器内科の専門医として、消化器外来で患者さんの診察を行うのに加えて、内視鏡検査・治療を担当しています。できる限り患者さんのお話をよく聞いて診察に当たっていますので、受診の際は何でもご相談ください。

【資格・所属】
○日本外科学会 外科専門医／○日本消化器病学会 消化器専門
医／○日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医／○日本がん
治療認定医機構 がん治療認定医



整形外科
水野 祥寛

骨折などの外傷をメインに治療を行っています。リハビリなどを組み合わせた機能回復を図るなど、地域の方々のニーズに応えられる治療を心掛けていますので、気になることがあれば気軽に診察を受けに来てください。



自然豊かで静かな環境も魅力の一つ。思い存分テニスに集中できます。

テニスを通して広がる
さまざまな人たちとの
交流の輪。
試合後には打ち上げで
盛り上がります！

FACE
of DOCTOR

ドクターの「プライベート拝見」数珠つなぎ⑩
京都九条病院 外科・消化器外科・救急部部長
甲原 純二
Junji Koubara



主に外来救急医療を担当し、地域医療に貢献したい、という志を持って、救急搬送されてくる患者さんの治療に日々取り組んでいます。

私は、休日に時間ができると、毎週のようにテニススクールでテニスを楽しんでいます。スクールといってもレッスンを受けるだけではなく、試合形式の練習ができるのがこの特徴。それにしがらみのない自由な雰囲気も魅力で、長く通い続けています。体力的にどんどん向上するというわけにはいきませんが、技術的にはちょっとずつ上達しているかなという感じです。

数年前からは、同じテニススクールの仲間と近隣のテニス協会など

が主催する団体戦やトーナメントなどの対外試合にチャレンジして

います。試合は勝ったり負けたりと思うようにいかないことも多いですが、試合後の打ち上げで、「今日の試合はああだった、こうだった」とそれを肴に皆でワイワイ飲むのも楽しみの一つです。

私にとってテニスは、体力作りや心身のリフレッシュという側面に加えて、年齢も職業もまったく違う人たちとの交流の機会を与えてくれる貴重な存在。いろんな業界、いろんな考え方の人がいて、見聞も豊かになりますし、自分の世界も広がります。

LOVE
my HOSPITAL

私の病院自慢あれこれ⑩

病院のことが好き!!
京都九条病院のイイところ。
こんなところがわたしたちの自慢です。

好きな言葉
favorite word

「笑顔」

平田 裕香里
リハビリテーション部
理学療法士



スタッフ同士の距離が近いんですよ。分からないこともすぐに教えてもらえるので相談がしやすいですね。患者さんに対しては、入院していると精神的にも落ち込むこともあるので、そうした気持ちに配慮しながらリハビリをするように心がけています。患者さんから「あなたにリハビリしてもらえて良かった」と言ってもらえると、この仕事をやっていてよかったと嬉しい気持ちになります。今は高齢の方を担当することが多いので、予防の段階からサポートしていければと思っています。

好きな言葉
favorite word

「塞翁が馬」

足立 可奈
看護部 外来 クワーク



お母さんが働きやすい職場です。私は面接のときに、幼い子どもを育てていると伝えたら、そうした事情も考えていただけると聞き、とても心強く思いました。実際には急病で休んだり早退したりといった事態は起こっていないのですが、病院が働くお母さんを応援してくれていると思うだけで、安心して働けます。クワークの仕事は、医師の方々が診察・治療に集中できるようサポートすること。もっと知識を増やして、よりサポートできるようにしていきたいです。

好きな言葉
favorite word

「愉しむ」

片山 彩美子
臨床栄養部 係長
管理栄養士



患者さんと病院の関係がイイですね。スタッフにも気兼ねなく相談できて、困ったときはここに来ればいいと地域の方々が安心されている感じがします。またスタッフ間の風通しがよいのも当院の良いところです。管理栄養士は、入院患者さんの栄養管理全般に加えて生活習慣病患者さんへの栄養指導、がん患者さんに対する栄養面でのサポート等、いわば栄養の主治医のような仕事をしています。今後は、患者さんが退院されてからの栄養指導も行っていきたいと考えています。

好きな言葉
favorite word

「助け合い」

喜多 純子
看護部 3階病棟



さまざまな経験、いろんな得意分野を持った先輩がいるのが魅力です。多くの先輩にいろいろなことを教えてもらい、一年間で幅広い知識を学ぶことができました。入院患者さんには環境の変化などで認知症が進む方もおられます。患者さんと接するときには、安心してもらえるよう、表情が見えるようにして話をするようにしています。これからもより知識を増やし、家族の方が不安になられたときも、責任を持って「大丈夫ですよ」と言ってあげられるような看護師になるのが目標です。

MEDICINE
for **H**EALTH

知ってよかった「お薬豆知識」講座

講師 京都九条病院 薬剤部
医薬品情報管理室課長 薬剤師
國永 智昭
Tomoaki Kuninaga

**便秘薬の服用は、
効果的かつ安全に!**



今回は便秘症の治療薬について適正使用のポイントを説明します。

2014年の調査では便秘症の総患者数は20万9000人と多く、加齢とともに増加傾向にあることがわかっています。日頃、便秘薬のお世話になっている方は多いのではないのでしょうか。

便秘薬は大きく浸透圧性下剤と刺激性下剤に分類されます。浸透圧性下剤とは、腸内で水の分泌を増やし、便を柔らかくすることで排便回数を増やすお薬で、酸化マグネシウムが有名です。それに対して、刺激性下剤は大腸を刺激し、蠕動運動を引き起こすことで、排便を促すお薬です。センノシドやピサコジル、ピコスルファートなどで、速やかに効き、効果も強いのが特徴で、医療機関でも良く使われています。

また、多数の便秘薬がOTC薬として市販されています



が、そのほとんどが刺激性下剤かそれを含む配合剤です。このように、刺激性下剤はとても身近な薬ですが、使用に際しては注意すべき点もあります。

1つ目は、効き過ぎて下痢や腹痛を生じることがあります。用量を調節することで改善するケースもあるため、医師に相談してくださいね。

2つ目は長期に連用すると、大腸の収縮力の低下や知覚障害により難治性の便秘に進展することもあります。シャープで強い効果が得られる反面、使い方によっては、かえって便秘症を悪化させてしまう可能性があるので、

2017年に発行された「慢性便秘症診療ガイドライン」では刺激性下剤の適正使用のポイントとして、短期的な使用と頓服使用が挙げられています。便秘症の治療は、食事や運動など生活習慣の改善に加えて、浸透圧性下剤を使用し、効果が不十分な場合には刺激性下剤を必要最小限に使用するのが一般的です。このように刺激性下剤は使いすぎないことが基本ですが、刺激性下剤を避けて便秘を我慢し続けることは良くありません。

便秘による不快感は日常生活に悪影響を与えるだけでなく、腸閉塞につながる危険性もあります。したがって、便秘薬は、症状に合わせた適切な飲み方を医師と相談して決めていくことが大切です。

便秘薬のことで悩んでいることやわからないことがあれば、気軽に医師、薬剤師に相談してくださいね。

NURSING
for **H**EALTH

暮らしの中で病気予防「健康ライフ」講座

京都九条病院
看護部2階病棟

**意外と多い
春の脱水症!**



「脱水」と聞くと、多くの方は夏をイメージされるのではないのでしょうか。実は脱水は1年を通して起こる可能性があります。多くは春の脱水も意外と多いのです。

春は気温の変化が大きく、その変化に身体が順応せず体温調節機能が異常をきたしたり、すくなくります。特に、高齢の方は脱水症に陥りやすく注意が必要です。

脱水は、加齢に伴う体内の水分量の低下や食欲の減退、感覚機能の低下により、のどの渇きに気付かなくなることなどが原因です。また、若い方でも、入学や就職などで、生活環境が変わり、その変化に

なるまでの間、緊張による発汗や呼吸に伴う脱水を起こす可能性があります。規則正しい食生活や、こまめに水分補給をするなどの対策が必要です。

◎脱水症の危険性
体液には、全身に酸素や栄

養素を送り届ける働きがあります。そのため、脱水症を放置しておくと血管や内臓、脳などを正常に働かせる機能を失ってしまう可能性があります。

この春、当院でも脱水を契機に発症したと考えられる病気が、主に心筋梗塞や脳梗塞の患者さんが多くありました。このいずれの病気も血管の病気で、細くなった血管の水分不足により血流が途絶えてしまうのです。また、脳梗塞の原因には血栓により血流が途絶えてしまう、脳塞栓症があります。

脳塞栓症の原因の多くは心房細動という不整脈。この不整脈も高齢の方に多い不整脈です。この不整脈は心臓の中に血の塊をつくりやすく、さらに脱水が血の塊をつくる手助けをしてしまいます。たかたか脱水症ではありません。脱水症は命にかかわるような怖い病気を引き起こすのです。

◎脱水症の予防

一般的に、成人では1日に約2200mlの水分を失い、食事から約1000mlの水分摂取をします。なので、食事以外に約1000mlの水分補給を必要とします。また、高齢の方は体内の水分量が減っているうえに、食事からの水分摂取量も減るため、水分補給量を1000ml〜1500ml必要とします。ただし、心不全や腎機能障害のある方は、過剰な水分摂取により症状が悪化するリスクがあるため、医師の判断を必要としますので注意です。

若い方も高齢の方も、規則正しい生活とバランスの良い食生活が大切です。活動と休息のバランスも乱さないようにして、健康な暮らしを守れるよう身体を思いやりましょう。





院内散策
さんざん

『平成29年度 看護研究発表会』

主催 京都九条病院

京都九条病院をはじめ同人会グループの看護師は、看護の質の向上とさらなる医療サービスの実現を目的としてさまざまな研究に取り組み、またそうした研究の成果を広く生かせるよう研究発表会を毎年開催しています。

今年2月10日(土)に開催した平成29年度第1回看護研究発表会では、当院の看護師が、

- ◎除圧効果を最大限に活かせるポジショニング方法の検討
- ◎エアマット使用患者に対して
- ◎口腔ケアに介助を要する患者の口腔内環境改善の検討
- ◎口腔内乾燥に着目して
- ◎ADL全介助の患者に対するスモールチェンジ法
- ◎急性期病棟から慢性期病棟への効果的な退院支援
- ◎退院支援子エックリストを活用して
- ◎看護師が認識する地域包括ケア病棟の退院支援に関する困難
- ◎5つのテーマで研究を行い、その



の成果を発表いたしました。

また翌月開催された第2回研究発表会では、以下の4つのテーマで研究発表を行い、意見を交わしました。

- ◎ICU入院患者へのせん妄の早期発見とせん妄発症後の新人看護師の看護
- ◎せん妄スケールを導入して
- ◎ユマニチュードを実践して
- ◎癌性疼痛コントロールに向けた観察・評価プロトコル活用の効果
- ◎看護師が行う脳卒中患者の早期リハビリテーションの取り組み

京都九条病院では、患者さんの療養生活の安全管理を徹底するとともに、回復を促進し、スムーズに日常生活に戻っていただくためのさまざまな新しい取り組みを行っています。さらに患者さんが抱える精神的な不安に寄り添う看護を心がけています。

この研究内容はスタッフが直面している課題について、しっかりと先行研究でのエビデンスに基づきまとめたものや研究の成果から知見を得たものを発表しています。患者さんにとってより良い看護を提供するために、行っているこの研究発表には、看護部だけでなくリハビリテーション部など、他職種スタッフも参加しました。

これら当院看護部の看護研究は、毎年、さまざまな学会で採択され、学会の論文集に掲載されています。私たちは、患者さんお一人おひとりを大切にしたい安全で安心な看護を目指して、これからも自己研鑽に努めてまいります。

医療法人同仁会(社団) 京都九条病院

T601-8453
京都市南区唐橋藤屋町10
TEL 075-691-7121(代)

医療法人同仁会(社団)
介護老人保健施設 マムフローラ
〒617-0853 京都市南区唐橋印寺鼻2-2 TEL 075-698-3388(代)

医療法人同仁会(社団)
介護老人保健施設 マムクオーレ
〒601-8325 京都市南区吉野院南所40-3 TEL 075-691-7758(代)

医療法人同仁会(社団)
介護老人保健施設 マムクオーレⅡ
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町38 TEL 075-694-6555(代)

医療法人同仁会(社団) 京都九条病院
訪問看護ステーション・マム
〒601-8454 京都市南区唐橋藤屋町16 TEL 075-691-3820(代)

医療法人同仁会(社団) 京都九条病院
訪問リハビリテーション
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町10 TEL 075-694-6644(代)

医療法人同仁会(社団)
ヘルパーステーション マム
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町38ヤマ・スクエア内2階 TEL 075-694-6622(代)

京都市唐橋地域包括支援センター
京都市唐橋地域包括支援センター 介護予防支援事業所
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町38ヤマ・スクエア内1階 TEL 075-694-6222(代)

医療法人同仁会(社団)
居宅介護支援マムステーション
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町38ヤマ・スクエア内2階 TEL 075-694-6699(代)

医療法人同仁会(社団)
ショートステイ マム
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町10 TEL 075-691-7667(代)

医療法人同仁会(社団)
同仁会クリニック
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町30 TEL 075-691-7766(代)

医療法人同仁会(社団) 同仁会クリニック(併設)
同仁会疾病予防研究所
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町30 TEL 075-691-5070(代)

医療法人社団 京健会
西京病院
〒615-0026 京都市右京区西京北矢野町39-1 TEL 075-313-0721(代)

京都九条病院(提携)・同仁会クリニック(併設)
メディカルフィットネスクラブ SHIN-SHIN
〒601-8453 京都市南区唐橋藤屋町30 TEL 0120-558-756

医療法人同仁会(社団)ホームページ

www.dojinkai.com/