

# 紫明の窓

発行：京都鞍馬口医療センター

編集：広報委員会

2017年8月 第2号



独立行政法人地域医療機能推進機構  
京都鞍馬口医療センター

〒603-8151 京都市北区小山下総町27番地  
TEL 075(441)6101代表 FAX 075(432)0825  
URL <http://kyoto.jcho.go.jp>

## 「健康寿命」と「平均寿命」

京都鞍馬口医療センター

副院長 柴 禄 郎



多くの人が「健康で長生き」を望まれているのではないのでしょうか。

ところで「健康寿命」という言葉をご存知ですか？分かりますか？と言うと「医療や介護に依存せず自立した日常生活をおくることができる期間」ということになります。最新の厚生労働省のデータによると、2013年度では男性の平均寿命は80.21歳、健康寿命は71.19歳（その差約9.02年）、女性はそれぞれ86.61歳、74.21歳（その差約12.4年）となっています。

日本人の平均寿命、健康寿命も延びていますが、この差を縮めることも人生の質（QOL）を上げることに繋がると思われます。

### 生活習慣病の予防

若年期や中年期に発症することも多く高齢者が要介護状態になる主因ともなります。生活習慣病の克服には生活習慣の改善、特に適度な運動と食事のコントロール（塩分、糖などをひかえる）が重要です。また禁煙や病気の早期発見・早期治療などにも心がけましょう。

### 運動器疾患の予防

要介護、要支援の原因として運動器疾患が男性で約10%、女性で約30%を占めています。

生涯にわたって運動や食事に注意し、骨折や骨粗しょう症などを予防することも重要です。

# 医師紹介

## 第二回は、原邦夫先生を紹介いたします。



私は2003年4月に社会保険京都病院に前部長の藤田先生が退任される後を引き継いで整形外科部長に京都第二赤十字病院から異動させていただきました。2013年か

らは京都府立医科大学の整形外科特任教授も併任しています。診療はスポーツ整形外科を中心に新しい手術は関節鏡を用いた低侵襲手術が中心です。当時、第二赤十字病院で行っていた関節鏡手術の患者さんは、ほとんど社会保険病院に転院してくれる見込みでしたので、能見院長には関節鏡の当時の最新機種を購入していただき、大変ありがたいと思っていました。

鏡視下前十字靭帯再建術だけでも年間の手術件数が190例に達することもあり手術件数は全国の5本の指に入っていました。半月板などを含めた鏡視下手術の総数は年間350例を超え、購入してもらった関節鏡の記録画像症例の通し番号は現在4500件を超えています。年間3000万点の保険点数の増収につながり、関節鏡の購入費用は半年かからず回収できたはずですが、ようやく今年14年目で新しい機種への更新がかないました。

当科での治療、手術を望んでこられている患者さんの目的は疾患、外傷によってそれぞれ異なります。加齢による変性疾患の場合には日常生活に不自由ないことが目的になり、外傷の場合は怪我をする前の状態に全身も含めて回復することです。これは決して手術だけで解決できることはありません。治療する側と患

者さんが同じ目標を理解して一緒に乗り越えていくことが必要になります。

関連病院のがくさい病院と連携して身体能力の客観的評価を行っています。この客観的評価の手法を当科のリハビリにも応用しオリンピックやプロ選手の術後の身体能力の回復に活用しています。また再建手術で移植した自家腱の骨孔との生着状態や、再構築がどの程度進んでいるかを判断するアイデアを当院放射線科の高橋先生にMR Angioを用いて臨床応用していただきました。このリハビリでの身体能力評価やMRAの評価の術後回復過程へ応用は世界にも例を見ない先進的なもので、特許を取得している靭帯手術手技とともに全国各地の学会や講演会で報告させていただいています。

私は31歳の時にがくさい病院に一人医長で赴任してから26年間にわたり整形外科の責任者として仕事をしてきました。診療科長としての感想は、患者さんが希望して来られ、どうしても治療をここで受けたという医療レベルを確保することが患者さんを選んでもらえる診療科であり、最終的に病院の経営を助けることができるかと考えています。病院はマクドナルドのようなどこへ行っても同じものが安く食べられる、全国展開のファーストフードのような考え方は患者さんから見放されてしまうと思っています。

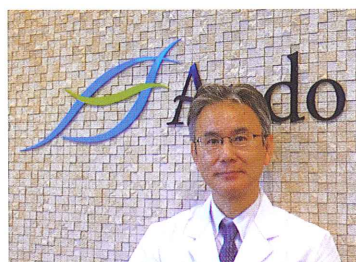


関節鏡カメラシステム (Synergy 4K) を買い直しました。



医院紹介

安藤クリニック



京都鞍馬口医療センターで約10年間消化器内科部長を務め、昨年7月より安藤クリニックを開院しました。クリニックは地下鉄北大路駅の北側で、駅から徒歩2〜3分です。診療内容は生活習慣病をはじめとした一般内科と、超音波検査や内視鏡検査・手術を中心とした消化器内科です。ハイビジョンカメラを設備しハイレベルな内視鏡を提供します。また、希望者には鎮静下での内視鏡が可能です。心肺モニターや酸素吸入装置など、安全面も万全です。

CTなど詳しい検査や入院治療が必要となった場合は、地域医療連携室を経由して鞍馬口医療センターと連携しています。鞍馬口医療センターは院内の設備や職員の方々の顔もよく存じ上げており、スムーズな連携が可能で大変感謝しております。

鞍馬口医療センターをはじめ地域の先生方と共に、地域医療の充実に向け努力してゆきたいと思えます。今後ともどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

診療内容

- 内科全般
- 胃カメラ (午前:月~土曜日)
- 大腸カメラ&大腸ポリープ切除 (外来) (午後:月・水・金曜日)
- 血液・尿・便検査
- 心電図
- レントゲン
- 骨密度
- 超音波検査 (腹部・頸動脈・甲状腺)
- 健診
- 予防接種



診療時間

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00 (受付 8:50~11:30)		○	○	○	△ 完全予約制	○	○
13:30~16:30 大腸カメラ		□	/	□	/	□	/
17:00~19:00 (受付 16:50~18:30)		○	○	○	/	○	/

- ◎ 休診日は、木曜・土曜日の午後/第4土曜日/日祝日
- ◎ △木曜日の9:00~12:00は、完全予約制です。(予約患者終了後、診療終了)
- ◎ □月・水・金曜日の13:30~16:30は大腸カメラ (完全予約制)

新入職医師紹介

(平成29年4月1日付)

金修一 (外科)



本年四月より当院に赴任しました。現在は宇治市在住ですが京都生まれの京都育ちです。外科はチーム医療ですので、当院外科チームの医療の向上に少しでも貢献し、またそれを近隣の皆様に提供できればと考えています。宜しくお願ひ致します。

高村俊哉 (泌尿器科)



はじめまして、今年の四月から赴任してきました。三月までは大学において、久しぶりの外病院勤務となります。働きやすい環境のもと、四月当初と比べだいぶ慣れてきました。温泉に癒しを求める今日この頃。今後ともよろしくお願ひ致します。

平野愛子 (リウマチ科)



今年よりリウマチ・膠原病科に赴任いたしました平野愛子と申します。皆様のお役に少しでも立てるよう日々精進して参ります。今後とも何卒よろしくお願ひいたします。

竹村佳純 (呼吸器内科)



はじめまして。なんの取り柄もありませんが、呼吸器疾患の事ならいつでもご相談ください。また、他領域は若手の先生に負けないように勉強中です。よろしくお願ひ申し上げます。

民西葉子 (血液内科)



血液内科の民西と申します。ご迷惑をおかけすることもあるかもしれませんが、できる限り努力とフットワークでカバーし、担当させていただく皆様と日々ともにありたいと思えます。なんでも話せる身近な医師になれば嬉しいです。宜しくお願ひいたします。

菅孝臣 (循環器内科)



今年より循環器内科のレジデントとして入職した菅孝臣です。研修は埼玉医科大学国際医療センターにて行っており、京都の生活も循環器医としての生活も始まったばかりでまだ戸惑ってはありますが、皆様宜しくお願ひ致します。



# リレー記事

## 第2回目 検査部

4月より単身転勤赴任、57歳にして初めての一人暮らし。転勤が何よりも効果のあるダイエットとして、最初は週1キロのペースで痩せ、ズボンがガバガバになり、来年の今頃は体重10キロを下回る？って考えておりました。日常業務にもようやく慣れ、この記事に向かい合う余裕が少し出来て来た今日この頃です。

さて皆さんはストレスが溜った時に、どうされていますか？私は、四季折々、ウォーキング・ドライブなど、あまり世間の人に知られていない、いわゆるレアスポットと呼ばれる場所へ行き、現地で食事をする。季節・自然を肌で感じ、そして舌で味わう。これがその一つとなっています。

最近では、色々な疲れとストレスで潰れてしまいうような5月の連休に、岡山県和気町にあります藤公園まで、愚妻の足つしー君としてドライブに行つて来ました。早朝4時起床、中国道を渋滞するまでに通過、山陽道を経て現地「無料」駐車場に到着。午前8時の開園前に行くのと、何と「入園料も取られる事無く」入れました。「タダ」である事も、大阪人の私には何となく気持ちの良いものでした。開花も実にタイミング良く、当日にはほぼ満開となり、色々な種類の花・房・香り、また、辺りの山々の新緑、青空と

のコントラスト等など、五感の全てを用い、かなり溜まったストレスの発散解消と、しばらくの間のエネルギー充填が出来たと思います。加えて、藤のソフトクリームも、お腹へしっかりと充填して帰ってきました。帰阪後、当日や翌日のテレビニュースでも同じ場所を紹介されており、来年の見頃にはメジャースポットになっているかも知れません。



最後に話は変わりますが、皆様には非とも観て頂きたい講演を赴任前に偶然見つけましたのでご紹介させて頂きます。私もこれを見て更なる「思い」を抱きました。少し長いですが、自信を失くしかけた人に響く言葉が必ずあるはずと括っています。ぜひ一度ご覧になってみては…

検索ワード / TEDx Sapporo  
植松努 Youtube



検査部 臨床検査技師長 福島良一

## 鞍馬口カンファレンス

日時：平成29年8月31日(木)  
19:00~20:30  
場所：京都ガーデンパレス

### 一般演題 ①

座長：粉川隆文 先生  
演者：リウマチ科部長 坪内康則  
関節リウマチ治療目標の変貌  
～生物学的製剤登場によりケアからキュアへ～

### 一般演題 ②

座長：豊田武夫 先生  
演者：呼吸器内科部長 竹村佳純  
呼吸器内視鏡検査の進歩

### 特別講演

座長：臼井健雄 先生  
演者：外科医師 石本武史  
腹腔鏡手術の適応と現況

## 市民公開講座

京都鞍馬口医療センター 第53回 市民公開講座  
6月11日に開催いたしました！



## 次回予告 第54回 市民公開講座

平成29年9月10日(日)  
を予定しております。  
担当：泌尿器科医師、看護師

## 紫明の窓

～タイトル由来～

この病院の北の窓からは紫明通りが見渡せ、四季折々の彩りを染ませてくれます。南の窓からは京都タワーと伏見桃山城のパノラマが一望出来、入院患者様にはとても評判です。風光明媚なこの地で病院職員と病院を訪れる全ての皆さまとの癒しを育む安らぎの懸け橋(窓口)となるようにと願いを込めたタイトルです。