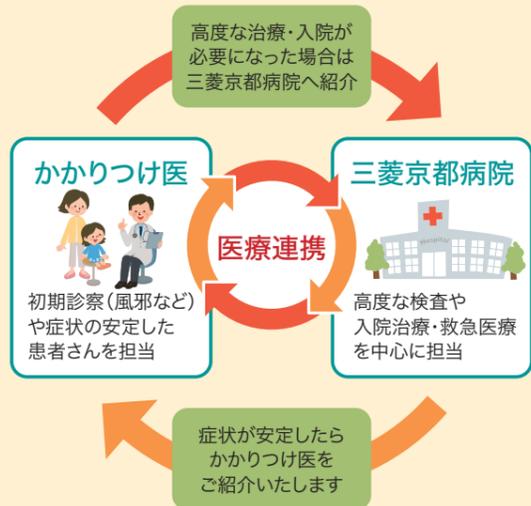


かかりつけ医をもちましょう

医療にも役割分担があるのをご存じですか？

安心して治療・療養できるよう当院での主治医とかかりつけ医（主治医）、ふたり主治医をもちましょう。



医療での役割分担を明確にし、協力体制のもと患者さんの健康管理をおこない、安心して治療を受けていただけるよう地域医療連携を推進しています。

YouTube 公開講座「いきいき健康教室」動画配信中

リンクまたは二次元コード読み取りで
ご覧いただけます。

https://www.youtube.com/playlist?list=PLPrr2_-Zvoj2ZZaPYK1RTEWfrhg-AD4Ya



<http://www.mitsubishi-hp.jp>

京都府がん診療推進病院

三菱京都病院

MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

救急告示病院 人間ドック・健診施設機能評価認定施設
日本医療機能評価機構認定病院 厚生労働省指定臨床研修病院

〒615-8087 京都市西京区桂御所町1番地
TEL 075-381-2111 FAX 075-392-7952

予約専用ダイヤル **075-381-7811**

セカンドオピニオンをご希望の方も予約専用ダイヤルにお電話ください。

がん相談窓口（患者支援センター）【（月～金）10:00～16:00】
TEL:075-381-2111 FAX:075-392-7952

ACCESS



阪急電車

■京都線「桂駅」下車北へ徒歩15分、タクシーで約5分

お車の方

■京都方面からは西大橋から信号4つ目左折50m左折
■亀岡方面からは阪急のガードを越え、次の信号右折50m左折

京都市営バス

■73系統（京都駅～洛西バスターミナル）上桂前田町下車徒歩3分
■70系統（太秦天神川駅前～JR桂川駅）上桂東ノ口下車徒歩5分
■69系統（みぶ～桂駅東口）上桂西居町下車徒歩10分

京阪京都交通バス

■27・21系統（桂坂中央～京都駅前）上桂前田町下車徒歩3分
亀岡・園部方面から27・21系統への乗り継ぎは、1・2系統国道中山（下車）乗り換え

無料送迎バス

■阪急桂駅西口より約20分間隔で運行中
※開院日以外は運休しています。

【開院日】

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時	50	43
13時	10 30 50	03 23 43
14時	10 30 50	03 23 43
15時	10 30 50	03 23 43
16時		03 23 43



※予告なく変更・中止する場合がございます。
※道路事情・その他諸事情により乗車場所が移動する場合がございます。
※定員オーバー、交通事情により遅れる場合があります。ご了承ください。
※開院日以外は運休しています。

himawari

三菱京都病院 2022 summer Vol. 69

CONTENTS

新任医師のご紹介

新人教育
—これからを担う人財たち—

CS活動取り組みのご紹介 Vol.1
すてきな笑顔、できていますか？
—みんなで楽しく笑顔診断—

理学療法士が紹介！健康ストレッチ 第14回
『転倒防止のための筋トレ』

シリーズ「ひまわり編集部が聞く！」

消化器外科
尾池 文隆 医師
胆石の症状と治療



消化器外科インタビュー 胆石の症状と治療

消化器外科部長 尾池 文隆



胆石ってよく聞くけど、どんな病気？！
症状・治療・予防など当院の消化器外科部長
尾池医師にひまわり編集部が聞いて来ました！

胆石ってどんな病気ですか？

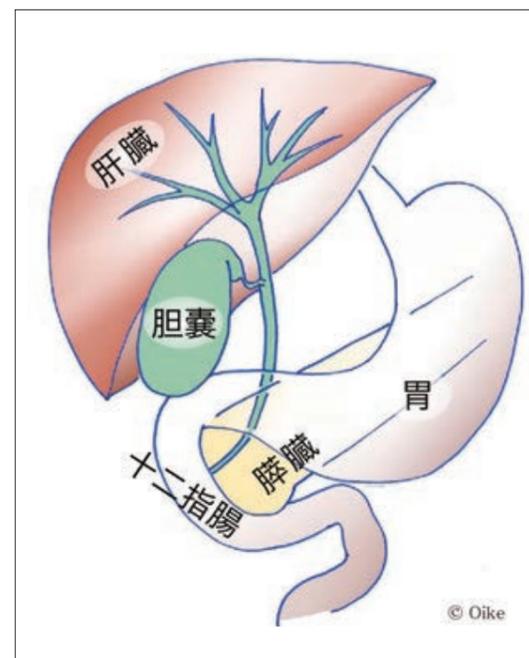
肝臓はさまざまな働きをしています、その一つに胆汁を作る役割があります。胆汁は胆嚢が作っているんじゃないんです。胆嚢はその貯蔵庫です。脂っこいものを食べると、消化を助けるために蓄えた胆汁を胆管に向けて絞り出します。この働きが悪くなると胆汁が貯まったまま澱み、どろになったり石ができてきます。

胆石ができると胆嚢炎を起こして腹痛・発熱・肝機能異常などの症状をおこします。胆管に結石が落ちた場合は閉塞性胆管炎というさらに危険な感染・炎症の危険性があります。石によって胆汁の流れが詰まり逃げ場のない中での感染は重症化しやすく、敗血症を起こすこともあります。

胆石はすごく痛いんですね？

皆さんそうおっしゃるんですが、実は、にぶい痛みだったり、「胃が重い感じ」程度の方が多いです。検診や人間ドックなど超音波検査で、胆石が見つかった方に聞くと、「私は一回も痛くなったことがないけど、胃が弱いんです。」とおっしゃる方が多いですよ。

胆石があっても痛みを起こさないことはよくあることですが、実際には胆石の症状が出ていることに気がついていない方もいらっしゃいます。典型的な胆石の症状として有名なのは、右の肋骨の下のあたりの激痛ですが、みぞおちの鈍痛や重い感を繰り返して、胃の症状だと勘違いされていたり、右の背中あたりが痛むことが多いのです。特徴的なのは食後や夕食後夜間におこることです。



胆石はどのような治療をしますか？

胆石があっても症状が無い間は放置していてもよいとされていますが、一度でも症状が出た場合は、治療が必要です。治療は2通りあり、薬で石を溶かすか手術かのどちらかです。ただ残念ながら、まず薬で溶ける結石は少なく、溶ける場合も数ヶ月かかります。薬をやめるとまた石ができてしまう。といったわけで、実際に症状がある胆石の治療には、薬では間に合わないことがほとんどです。

結石の手術と聞けば、胆石だけを取りのぞくように思うのですが、そうではありません。機能が悪くなった胆嚢を残しても、また胆石を作ってしまいます。そのため、胆嚢を全て取り出す胆嚢摘出術が必要です。

胆嚢摘出術とは どのような手術ですか？

胆嚢摘出術の大半は腹腔鏡でおこないます。開腹手術では10cm程度の傷が必要になりますが、腹腔鏡は3mmから1cmくらいの穴を数カ所あけて手術をします。創を小さくする腹腔鏡手術の目的は美容ではなく、痛みを小さくして早く回復してもらうためです。しかし、炎症・癒着が強い場合には難しいことがあります。開腹手術に切り替えることがあります。ほとんどが激しい急性胆嚢炎の場合ですが、慢性的に何度も繰り返している場合もひどい癒着を起こしていることがあります。ですから、一度でも胆石の症状が現れた方は、次に痛みを起こすまえに早めに手術を受ける方が良いのです。



胆石の症状は激痛とは限らないことや、痛みがあれば早期受診・早期治療が必要であることがよくわかりました。



副院長 兼
消化器外科部長
尾池 文隆
(おいけ ふみたか)

日本外科学会 外科専門医
日本消化器外科学会 消化器外科専門医
日本消化器外科学会 消化器がん外科治療認定医

新任医師のご紹介

4月より10名の医師が新しく着任いたしました。どうぞ宜しくお願いいたします。



消化器外科 副部長
加茂 直子
(かも なおこ)

資格

日本外科学会 外科専門医・指導医
日本消化器外科学会 消化器外科専門医・指導医
日本肝胆膵外科学会 肝胆膵外科高度技能専門医・評議員
日本肝臓学会 肝臓専門医
日本移植学会 移植認定医
近畿外科学会 評議員
日本がん治療認定医機構 がん治療認定医
日本消化器外科学会 消化器がん外科治療認定医
京都大学博士 (医学)

平成8年に大阪医科大学を卒業後、京都大学外科へ入局。市中病院勤務後、大学院、基礎研究留学を経て、大学病院での臨床、研究、教育に従事いたしました。患者さんとの信頼関係を大切に最適な治療を追求し、地域に貢献できるよう努めてまいります。



心臓血管外科 医師
工藤 雅文
(くどう まさふみ)

資格

日本外科学会 外科専門医
三学会構成心臓血管外科専門医認定機構 心臓血管外科専門医
腹部ステントグラフト実施医

平成21年に島根大学を卒業後、京大病院などで勤務してまいりました。より良い医療を提供出来るよう日々研鑽してまいりたいと思います。



心臓内科 医師
松田 真太郎
(まつだ しんたろう)

資格

日本内科学会 総合内科専門医
日本循環器学会 循環器専門医

平成20年に京都大学を卒業。西神戸医療センター、市立岸和田市民病院に勤務し、平成27年からは京都大学大学院および京大病院循環器内科で脂肪細胞に関する基礎研究に従事していました。7年ぶりの臨床復帰となります。精一杯がんばりますのでよろしく願いいたします。



消化器外科 医師
戸田 怜
(とだ れい)

資格

日本外科学会 外科専門医
日本肝臓学会 肝臓専門医

平成21年に奈良県立医大を卒業後、済生会京都府病院、北野病院、岸和田市民病院で勤務いたしました。その後、京都大学での研究生生活を経て着任いたしました。何でもご相談ください。



整形外科 医師
古川 侑資
(ふるかわ ゆうすけ)

平成27年に弘前大学を卒業後、京都南病院で初期研修をおこない、京大病院、大津赤十字病院、高島市民病院で治療をおこなってまいりました。地域医療に貢献できるようがんばります。



乳腺外科 医師
藤野 麻琴
(ふじの まこと)

資格

検診マンモグラフィ読影認定医
乳房超音波実施責任医師

平成30年に信州大学を卒業後、武田総合病院で初期研修をおこないました。その後京大病院、福井赤十字病院などで勤務しました。一人ひとりの患者さんに最適な医療を提供できるように、日々研鑽を積んでまいりたいと思います。



歯科口腔外科 歯科医師
安井 慎瑠
(やすい まさる)

令和3年に朝日大学を卒業後、京都府立医大病院で臨床研修をおこないました。一人ひとりの患者さんの気持ちに寄り添い室の高い医療を提供するために日々研鑽を積んでまいりたいと思います。



産婦人科 医師
安藝 恵
(あき めぐみ)

平成28年に昭和大学を卒業後、京都第二赤十字病院、京大病院、滋賀県立総合病院にて勤務いたしました。一人ひとりの患者さんにより良い医療を提供できるよう精進いたします。



眼科 医師
木崎 綾香
(きざき あやか)

4月から三菱京都病院に勤務しています。患者さんに寄り添った医療を提供できるよう日々研鑽を積んでまいります。



研修医
河端 菜里
(かわばた しおり)

生まれ育った京都の街で医療に携わることができることを大変うれしく思っています。1年目の研修医で未熟者ではございますが精一杯研鑽を積んでまいりたいと思います。

新人教育

— これからを担う人財たち —

今年も新入職員を対象にさまざまな実技の集合教育を実施しました。採血などの日常的な手技や救命救急講習のほか、安全の確認事項など、具体的な先輩の指導のもと真剣に取り組んでいます。今年は参加人数を制限し、コロナ対策に配慮しながら実施しました。新入職員たちが病院の将来を担うスタッフに育ってくれることを期待しています。



採血練習しっかりやるぞ!



先輩からの厳しい指導



緊張するなあ



オムツ交換練習



先輩から直接教えてもらいます



ルートの固定うまくできるかなあ

2階病棟取り組みテーマ

すてきな笑顔、できていますか?

— みんなで楽しく笑顔診断 —

当院では全職員参加型のCS活動をおこなっています。昨年度は、「笑顔はひとを安心させる マスクの中からおふれるスマイル」をスローガンに各部署が活動いたしました。その中から今回は2階病棟の取り組みをご紹介します。

取り組み内容は、マスクのあり・なしで笑顔の写真を撮影し、アプリを使用して笑顔の点数を付けました。スタッフ投票もおこない、笑顔グランプリを決定いたしました。

この3年間はマスクを外した姿をなかなか見る機会がなかったのですが、この診断を通じてみんなの笑顔を見ることができました。マスクがあると本来の笑顔がわかりにくいということも、今回の活動を通じて改めて感じました。

患者さんにはどんな風に私たちはうつっているのか?ということを考える機会にもなりました。これからも笑顔写真のような素敵な笑顔で患者さんに接していきたいと思えます。



第14回 理学療法士が紹介!

健康ストレッチ



自宅で簡単にできるストレッチ・筋トレをご紹介します。寝たきりにならないため骨・関節・筋肉を鍛え、健康寿命を伸ばしましょう。

理学療法士 平山 善康 (ひらやま よしやす)

今回は、『転倒防止のための筋トレ』をご紹介します!

高齢になるにつれて、筋肉量は減ってしまいます。筋肉量が減少し、筋力が弱まることで転倒しやすくなります。ご紹介する3つの筋トレで下半身の筋肉を鍛え、転倒を予防しましょう。

1 ふとももの前側、大腿四頭筋を鍛えます。



背筋を伸ばし、ゆっくり足を前にだします。左右10回ずつおこないます。



大腿四頭筋を意識してしっかり伸ばす。

2 あしの付け根、腸腰筋を鍛えます。



ゆっくりと太ももを持ち上げ、下ろします。左右10回ずつおこないます。



腸腰筋を意識してしっかり伸ばす。

3 あしのすね、前脛骨筋を鍛えます。



足くびを曲げて上げ逆に下げます。左右10回ずつおこないます。



前脛骨筋を意識してしっかり伸ばす。