

# 石清水

2014年  
Vol.37

# 飛躍



空高く飛躍、明るい未来を。

馬は飛躍・成長の象徴であり、幸運をもたらすものだという言い伝えがあります。2014年も医聖会グループは、皆様に健康と幸せをお届けできるよう駆け抜けます！

## きれいな病院に生まれ変わりました

### 八幡中央病院 全面リフレッシュ 工事完了

一昨年より着工しておりました八幡中央病院の増築及び既存棟の改修が、平成25年12月末で完了いたしました。今後充実した環境のもと、地域医療の要となるべく皆様に信頼される医療を提供してまいります。



### 学研都市病院回復期リハビリテーション病棟増築工事のお知らせ

学研都市病院では、平成26年1月より回復期リハビリテーション病棟の増築工事が始まります。約1年間患者様をはじめ皆様は大変ご迷惑をおかけ致します。何卒、ご理解ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

石清水

いわしみず

2014  
vol.37

iwashimizu / 2014年 ■編集・印刷 / (株) サニー・リーグ  
2014年1月1日発行・配布 大塚市中央区新本町1丁目8-14 株式会社イワシミズ  
〒541-0054 大塚市中央区新本町1丁目8-14 株式会社イワシミズ  
TEL 06-6262-0999 FAX 06-6262-0998

## 健診センターのご案内 皆様の健康管理をサポートします！

各病院で行っている主な健診一覧 健診は、病気の早期発見と早期治療に結びつき、生活習慣病の改善等にもつながるため、定期的に受診されることをおすすめします。

学研都市病院	健診名	京都八幡病院
○	特定健診 ※全国健康保険協会(協会けんぽ)に加入している方の配偶者が対象です	○
○	生活習慣病予防健診 ※全国健康保険協会(協会けんぽ)に加入している方が対象です	○
○	企業健診 ※各企業独自の項目が行えます	○
○	人間ドック ※身体部位ごとの精密検査を受け、疾患や臓器異常の早期発見・健康度合い等を調べます	—
—	半日ドック	○
○	脳ドック	—
○	肺ドック	—
○	がん検診・乳がん検診	○
○	がん検診・子宮がん検診	○
○	腫瘍マーカー検査(胃がん・膵がん・肝がん・前立腺がん)	○



学研都市病院健診センター お問合せ:学研都市病院 ☎0774-98-2123

京都八幡病院健診センター お問合せ:京都八幡病院 ☎075-971-2001

※京都八幡病院では、企業健診の際マイクロバスでの送迎も行っております。

### 女子バレーボール部

医聖会

医聖会女子バレーボール部は、『2013年度京都私立病院協会主催 病院対抗女子バレーボール大会』に出場しました。今年から新しくなった真紅のユニホームをまとい見事予選を突破しましたが、残念ながら決勝トーナメント1回戦で敗れました。これからもチームワークを高め、頑張っている活動を行っていきます！

### 介護老人保健施設 石清水

おかげさまで開設15周年を迎えました

施設入所・通所・居宅支援事業など様々な福祉サービスを提供することで地域の皆様に広く愛されてきました。これからも地域の皆様とのつながりを大切に、安心・安全にご利用いただける施設として歩んでまいります。

介護老人保健施設 石清水 ☎075-972-2111 お気軽にご相談ください。

### 医聖会グループ 地域の医療・介護・福祉をトータルサポート

<p><b>八幡中央病院</b></p> <p>〒614-8071 京都府八幡市八幡五反田39-1 TEL 075-983-0119(代) FAX 075-983-0310</p>	<p><b>京都八幡病院</b></p> <p>人工透析センター、健診センター</p> <p>〒614-8114 京都府八幡市川口別所61 TEL 075-971-2001(代) FAX 075-983-0185</p>	<p><b>学研都市病院</b></p> <p>人工透析センター、健診センター、痔瘻・有難センター</p> <p>〒619-0238 京都府相楽郡精華町精華台7丁目4-1 TEL 0774-98-2123(代) FAX 075-983-2101</p>	<p><b>百万遍クリニック</b></p> <p>〒606-8225 京都府京都市左京区田中門前町103-5 京都/スクール研究所ビル1F TEL 075-791-8202 FAX 075-705-0025</p>
<p><b>介護老人 石清水</b></p> <p>〒614-8114 京都府八幡市川口別所66 TEL 075-972-2111(代) FAX 075-971-2003</p>	<p><b>介護老人 とちのき</b></p> <p>〒619-0238 京都府相楽郡精華町精華台7丁目4-1 TEL 0774-98-2600 FAX 0774-98-2601</p>	<p><b>介護老人 梨の里</b></p> <p>〒614-8036 京都府八幡市八幡木内25-1 TEL 075-982-0125 FAX 075-982-0208</p>	<p><b>社会福祉法人 京都山城福祉会 特別養護老人ホーム ゆりのき</b></p> <p>〒619-0225 京都府木津川市木津川1丁目19番1 TEL 0774-75-1132 FAX 0774-75-1134</p>

真鍋整形外科医院 〒573-1115 大阪府枚方市東船場2-149-7 TEL 072-867-5551 FAX 072-867-5531

八幡市乳がん健康支援センター たんぽぽ 〒614-8111 京都府八幡市川口小西9-7小西管内 TEL 075-981-7006 FAX 075-981-7006

精華町病児・病後児保育室 ひまわり 〒619-0238 京都府相楽郡精華町精華台7丁目4-1 TEL 0774-93-1226 FAX 0774-93-1226

各病院の詳細内容はホームページを参照して下さい  
医聖会ホームページ [www.iseikai.jp](http://www.iseikai.jp) 医聖会 検索

インフルエンザの予防接種はお済みですか？～1月末までの接種をおすすめします～

医聖会理念 患者さまと病院職員は、心の通い合う医療を通じて、お互いの信頼のもとで、ともに手をたずさえて病気の克服に努めます。 医療法人 社団 医聖会  
医聖会グループでは看護師を募集しています。お問合せ・資料請求は医聖会人事課 ☎075-971-5565まで

# 最近目がかすんでお困りではありませんか？

## 正常な見え方



## 白内障での見え方



## こんな時は手術を考えましょう！



視力が低下して、仕事に支障がある。

外ではまぶしくて、極端に見えづらい。



視力が低下して、運転免許の更新ができない。

**白内障とは**  
白内障とは、焦点が合うよう集光させたり、有害な紫外線を吸収する水晶体が傷つき、白く濁ってしまい、ものがぼやけて見えたり、かすんで見えたりするような症状全般のことを言います。日常生活に不自由を感じるようであれば、白内障手術を検討する必要があります。

最近では、医療技術の進歩により日帰り手術も普及し、白内障手術の患者様の8割くらいは、入院手術ではなく日帰り手術を行っているとも言われています。手術自体は10分から15分といった、比較的短い時間で終了します。

日帰り手術を受けるためには、①手術後の通院が可能  
②重篤な合併症がないか等の条件がとれますので、眼科の担当医師にご相談下さい。

## 健康チェック

### もしかしたら白内障かも？ あなたの目は、大丈夫？

- 目がかすむ。
- 物が二重に見える。
- 弱い光でもまぶしい。
- 老眼鏡をかけても新聞や本が読みづらい。
- 物がゆがんで見える。
- 夜間や暗い場所に行くと見えにくくなる。
- 目が疲れやすい。
- つまづいたり、転ぶことが増えた。距離感がない。
- 中高年に関わらず、近視が進行した。
- 見えにくく、毎日の不自由がある。

- 1~2個 今のところ大丈夫！油断は禁物。チェックの入った項目は要観察。
- 3~5個 要注意！白内障の可能性がります。受診をおすすめします。
- 6~10個 危険！非常に危険です。医師に相談され、検査を受けられることをおすすめします。

※このチェックリストはあくまで目安です。白内障の診断には、医療機関での検査が必要です。



受診は八幡中央病院／学研都市病院 眼科へ

## 毎日新聞社発行 毎日ムック 病院最前線2014

### 掲載

### 病院最前線2014

毎日新聞社よりムック本『病院最前線2014』の発行にあたり、医聖会理事長 真鍋克次郎医師と学研都市病院院長 四方寛彦医師の取材依頼があり、そのインタビュー記事が掲載されました。圧迫骨折の新治療法 BKPや脊椎・脊髄の手術例などが紹介されています。



## 変形性膝関節症

# 膝が痛いときは、

# 早めに整形外科を受診しましょう

「変形性膝関節症」は、加齢とともに関節軟骨が磨り減り、痛みやこわばりで歩行が困難になったり、膝に水がたまったりするありふれた病気です。命には影響しないので「仕方がない」「手術と言われたら怖い」などといって痛みをがまんし、放置している方も多いのでは？ 整形外科の岡田欣文先生にうかがいました。

### なぜ、高齢になると膝が痛むようになるのでしょうか？

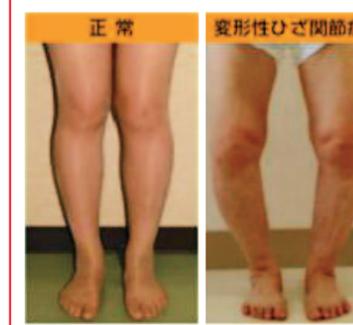
**A** 正常な膝関節は弾力性のある軟骨におおわれ、膝がスムーズに動きます。ところが加齢とともに軟骨が磨耗してくと、変形性膝関節症になっていきます。初期は、歩き出すときや膝を動かしたときに痛みやこわばりを感じるだけです。進行すると常に荷重時痛が生じるようになり、ひどくなると安静時にも激しい痛みを伴います。リスクが高いのは中高年の女性で、肥満の方。女性より少ないですが、男性もたくさんの方が悩んでいます。予防としては体重を増やさない、大腿の前の筋肉(大腿四頭筋)を鍛える。グルコサミンなどのサプリメントについての質問をよく受けますが、残念ながら効果は証明されていません。

### 受診するのは、どういう状態になったときですか？

**A** できるだけ早く受診してください。初期の場合、靴底にO脚やX脚を改善する中敷きを敷くだけでよくなる方も、膝に装具を着ける、あるいは膝伸ば



### 変形性ひざ関節症の特徴 日本人の変形性ひざ関節症の約9割が内側型



### 手術になるのは、どのような状態の方ですか？

**A** 保存療法で改善しなかった方が、手術の適応となります。手術には「骨切り術」といって、膝の下の骨を切ってO脚を矯正する方法と「人工関節」に置き換

し(イスに座って膝を伸ばす)の運動で痛みが解消するケースもあります。受診し手術の宣告と思いついて痛みを我慢する方が多いのですが、こういった保存療法でよくなる方がたくさんおられます。当院は関節の内視鏡検査もおこなっていますので、関節内を見て、炎症をおこしている関節をきれいにすることでよくなる方もあります。ヒアルロン酸注射も効果的です。



える方法があります。最近人工関節の性能も手術の技術も飛躍的にアップしており、手術から15〜20年たっても多くの方が最初に置き換えた人工関節を使っています。命に関わる病気ではないので、がまんするのでも人生ですが、痛みをすっきり取って、後の20年を楽しむのもいいのでは。私も、車いすや松葉杖で顔をしかめて入院された患者さんが、笑顔で歩いて退院されるのを見ると、整形外科医になって本当によかったと喜びが込み上げて来ます。



八幡中央病院 整形外科 岡田 欣文 医師

略歴	平成2年3月 京都大学医学部 卒業 平成2年6月 京都大学医学部附属病院勤務 平成3年6月 松江赤十字病院勤務 平成5年6月 市立舞鶴市民病院勤務 平成8年4月 京都大学医学部大学院博士課程 平成12年4月 八幡中央病院 整形外科勤務
資格	日本整形外科学会 専門医 日本整形外科学会 脊椎・脊髄病医
外来担当	月・水・金

### 人工膝関節全置換術 膝関節表面の全部を人工関節に置き換える手術です。



受診は八幡中央病院／学研都市病院 整形外科へ

### 膝関節セルフチェック

- ひざがはれる
- 正座がしづらい
- ひざの内側に痛みがある
- 和式トイレがづらい
- 歩きだす時や動きだす時にひざが痛む
- ひざを動かすとギシギシ音がする
- 過去にひざの怪我で病院にかかったことがある
- 立ち上がるときに痛い
- 30分以上歩くとひざが痛い
- 階段の昇り降りでも痛む

- 1~2 今のところ大丈夫！油断は禁物。チェックの入った項目は要観察。
- 3~6 要注意！受診をおすすめします。
- 7~10 非常に危険です！医師に相談され、検査を受けられることをおすすめします。

※このチェックリストはあくまで目安です。膝関節の診断には医療機関での検査が必要です。