

てんやうかい だより

第49号 (令和3年1月)

特集

足^{あし}

まちのまんなか、人のまんなかで。

中央病院 循環器内科
中央病院 心臓血管外科

竹井 達郎 医師
林田 日直子 医師



- 院長あいさつ
- 当院ドクターの紹介
- スタッフコラム
- 健康コラム
- 周辺さんぽ

院長あいさつ



○出身地…鹿児島市

○趣味…サイクリング

○ひとことコメント

最近をよく自転車で城山公園
展望台まで出かけています。

救急指定病院としての設備と人材の充実を進めていく

当院は、「断らない救急医療」をモットーに、救急指定病院として年間2,000人以上の救急患者を受け入れています。特に、循環器疾患による救急患者が断られるようなことは絶対にあってはなりません。そのために、メディカルコントロール協議会に参加し、病態によって当院での治療が困難な救急患者さんであっても、必要な医療処置を施したうえで適切な病院への搬送を指示するなど救急業務の調整を行っています。また、高齢者の骨折による救急搬送も近年増加傾向にあります。例えば骨折の患者さんに心臓疾患があった場合、受け入れられる病院は限られています。このような患者さんを受け入れられるよう、2020年4月から常勤の整形外科医を迎えました。今後も救急指定病院として設備やスタッフの充実を進めてまいります。



病気の予防や早期発見のためには定期的な健康診断が不可欠となります。当クリニックの窓からは雄大な桜島を一望することができますので、爽快な景色を眺めながらゆったりとした気持ちで健康診断を受けていただきたいと思います。

天陽会中央病院 院長 厚地 伸彦

経歴

平成6年 九州大学医学部卒業
麻生飯塚病院(研修医)
平成10年 福岡赤十字病院
平成11年 東京女子医科大学循環器科
平成13年 済生会熊本病院
平成19年 鹿児島大学医学部附属病院
平成20年 天陽会中央病院

資格・学会

○日本内科学会総合内科専門医
○日本循環器学会認定循環器専門医
○日本心臓血管インターベンション治療学会認定医
○日本心臓リハビリテーション学会指導士



Introduction

当院ドクターの紹介



○出身地…鹿児島市

○趣味…ダイビング

○ひとことコメント

令和2年6月より赴任しました。今までさまざまな病院やクリニックにおいて常勤・非常勤で働きました。その経験を生かし、当院でもスタンダードな医療が提供できるように頑張ります。よろしくお願いいたします。

天陽会中央病院

消化器内科

鉾之原 基

Q 医師を目指した理由やきっかけ

病気で苦しむ人の力になりたいと思ったことです。

Q 消化器内科を選んだ理由

低侵襲治療、早期発見、早期治療が実現できる内視鏡に魅力と将来性を感じたからです。

Q 天陽会で目指す医療

患者様に寄り添い、日本のスタンダードな医療が提供できるよう頑張ります。

経歴

平成18年 広島大学卒業

平成18年～ 鹿児島市立病院、鹿児島大学消化器疾患・生活習慣病学、鹿児島市立病院、霧島市立医師会医療センター、国立指宿病院、済生会川内病院、出水郡医師会広域医療センター、出水総合医療センター、鹿児島大学消化器疾患・生活習慣病学、県立大島病院、鹿児島市医師会病院、出水郡医師会広域医療センター

令和2年～ 天陽会中央病院

資格・学会

○総合内科専門医 ○日本消化器学会専門医

○日本消化器内視鏡学会専門医

○日本消化管学会胃腸科専門医 ○日本医師会認定産業医

○緩和ケア研修終了 ○嚥下機能評価研修会修了

○超音波医学会

天陽会中央病院

心臓血管外科

押領司 篤宣

Q 医師を目指した理由やきっかけ

父が医師ということもあり、中学生頃から自然と医師を目指すようになりました。

Q 心臓血管外科を選んだ理由

外科の手術をする事で、治癒されていく患者さんを実際に経験していく中で、忙しくもメリハリのある仕事が、自分に合っていると感じました。

Q 天陽会で目指す医療

一人一人に最適な医療を提供できるように努めたいです。



○出身地…福岡県

○趣味…テニス

○ひとことコメント

一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。

経歴

平成26年 久留米大学卒業

平成26～28年 久留米大学病院で
研修医、平成28年外科入局

平成29年 聖マリア病院

平成30年～ 久留米大学病院

令和2年～ 天陽会中央病院

資格・学会

○外科専門医

○日本外科学会

○日本循環器学会

○日本心臓血管外科学会

○日本胸部外科学会

Special
Feature

特集「あし足」



天陽会中央病院
循環器内科

竹井 達郎 医師

切断をまねくこともある脚の動脈硬化に注意が必要です

脚の血管に動脈硬化が起こって血液の流れが悪くなると、「歩いていると足が痛くなり、少し休むと痛みが改善する」という症状が現れます。これは末梢動脈疾患の典型的な症状で、このまま病気が進行すると安静時でも指やかかとに痛みが生じ、さらに重症化すると指に潰瘍ができたり指先が壊死する「CLTI(包括的高度慢性下肢虚血)」という状態になります。

CLTIになると、適切な処置を施さなければ足の切断に至ることもあるため、症状に気付いたら早めに検査を受ける必要があります。検査では足首と上腕の血圧を測定して比べたり、超音波で鼠径部から足先までの血管の状態を調べます。その他、MRIやCT検査、重症度を評価する皮膚灌流圧などの検査を行い総合的に診断します。

末梢動脈疾患の治療では、初期であれば薬物療法や運動療法で対処し、症状が改善しない場合には患者

さんの状態に応じてカテーテル治療やバイパス手術を行います。カテーテル治療は、バイパス手術と比較して患者さんの身体的な負担が小さいというメリットがあり、入院期間も3泊4日と短期間なので選ばれることが多くなっていますが、CLTIの方は治療後も再発する危険性が高いため、やはり重症化する前の対処が大切です。末梢動脈疾患は「足にまで発症した動脈硬化」であり、その約3割の方が心臓の病気を持っていると言われています。命にかかわることもあるので「足が痛いだけ」と軽く考えず、すぐに受診していただきたいと思います。





心臓から一番遠い足は、重力に逆らって血液を循環させる「第二の心臓」の役割を果たします。そんな足の痛みや変色といった症状に、血管の病気が潜んでいることをご存知ですか？

足の動脈、静脈、それぞれの血流が滞ることで引き起こる病気について、循環器内科の竹井医師と心臓血管外科の林田医師に伺いました。



天陽会中央病院
心臓血管外科
林田 日直子 医師

下肢静脈瘤のレーザー治療を一泊入院で行っています

下肢静脈瘤は、脚の血液の流れが逆流し静脈内に溜まってしまふことで起こる血管の病気です。「脚がむくむ」「血管の静脈がこぶのように盛り上がる」などの症状が特徴的で、他にも「足がつる」「夕方、足がだるくなる」「痛み」「ほてり」「かゆみ」といった症状があります。また、色素沈着や湿疹ができたり、長時間放置したため潰瘍（皮膚がただれたような状態）ができ、治療に難渋する場合もあります。

こぶや皮膚の色など、見た目に悩む女性患者も多いのですが、良性の病気なのでそのままで命にかかわることはありません。ただ、静脈瘤を発症する方には血栓症のリスクが多い傾向があり、気になる症状があれば早めの検査をお勧めします。エコー検査で脚の付け根から足首まで観察することで静脈瘤の状態を確認できるだけでなく、むくみの原因の一つである血栓症の有無を調べることもできるからです。

治療には「保存的治療」や「硬化療法」、「手術」などがあり、患者さんの意向を尊重しながら治療法を選択しています。当院では、2年前から患者さんの身体に負担の少ないレーザー治療による手術を行っています。手術は全身麻酔で行うため、麻酔が覚めるまでゆっくり休んでいただけることと、術後に傷や出血の確認ができることから、患者さんには手術後一泊入院をしていただいています。もし合併症が起きた場合には当院の各科と連携し、速やかに対処できるのでご安心ください。話を聞きたい、検査だけでもしてほしいという方でも気軽に受診してください。



現在も週に一度の朝練をかかさず、月に一度は草野球リーグに参加する梶博則先生に、
「スポーツ医学」の重要性についてお聞きする全4回の連載インタビュー

1 スポーツ医学に興味を持ったきっかけは、甲子園予選大会で見た旧友の姿でした

野球を始めたきっかけは？

父が野球が大好きで、私が「買って欲しい」とねだったわけでもないのに家にグローブもバットもあるというような環境で育ちまして。昔はテレビも一家に一台という家庭が多かったと思いますが、父がいつも野球のナイターを見ているので必然的に私も一緒に見ていたんですね。当時、長島の小学校に通っていて、気がつけば自然とソフトボールをするようになっていました。今も高校野球を見るのが好きなのですが、今だにテレビに映る高校球児の皆さんのことを「野球の上手なお兄さんたち」という目で見てしまうんですよ。自分の息子ぐらいの年頃の選手たちなのに。

中学、高校でも野球を？

はい。ただ、中学生のときに腰椎分離症(※1)になってしまって。これはスポーツ選手によくある怪我なのですが、思うように走れなくなり、当然、野球もしばらくできなくなってしまいました。今思い返せば、この怪我をしたことが医者を目指すようになった最初のきっかけだったと思います。

高校でも野球部に所属しました。高校1年のとき、夏の高校野球鹿児島大会で中学時代のチームメイトと再会するのですが、中学ではエースで4番、私立の某有名強豪校へと進学した彼が、塁間(約20m)ほどの距離も投げられなくなっていたんです。たった数ヶ月の間になぜそうなったのかはわかりませんが、彼のその姿を見て、医学の中でも整形外科やスポーツ医学という道に興味を持つようになりました。自分自身のためにも、特に肩、肘について学びたいと考えるようになったのもその頃です。

昔は肩や肘を壊す選手が多かった？

多かったのではないのでしょうか。私は医者になった頃でも、まだ鹿児島ではスポーツ医学という分野が広く認知されていなかったもので、軟式ボールと硬式ボールに握り方の違いや怪我を予防する投げ方など、指導者でも知らないことが多かったんです。例えば、投球障害で肩や肘が痛いというとき、その痛みは結果であって肩や肘に原因があるわけではありません。どこに原因があるのかを見つけていくのが医療の

役割です。ただ、昔に比べると研究も進み、環境も良くなっていますので、そういった知識を共有していかなければならないと思っています。

お子さんたちも野球を？

子どもたちが小さい頃、なかなか私が家にいられなかったので、いつでも練習できるように電動トスマシーンを買って、バッティングネットも買って、「いつでもどうぞ!」という環境を整えたのですが、子どもたちは野球に興味はなかったようです。結局、使っていたのは私で、今でも毎週日曜日には朝7時半から朝練していますよ。整形外科医のチームで草野球リーグに入っているので月に一度はリーグ戦にも参加しています。



野球少年だった頃の梶先生(一番左)

※1 スポーツの練習などで繰り返して腰をそらしたり回したりすることで、脊椎の一部である腰椎(ようつい)後方部分に亀裂が入る疲労骨折の一種。発育期のオーバートレーニングが原因となる場合が多い。

今回は、投球障害などスポーツ障害について詳しくお聞きます



PROFILE

梶 博則 整形外科部長

Hironori KAKOI

経歴

平成8年 鹿児島大学医学部卒業
平成8年 鹿児島大学医学部附属病院整形外科医員
平成19年 船橋整形外科 スポーツ医学センター留学
平成20年 鹿児島大学医学部・歯学部附属病院 整形・運動機能センター医員
平成22年 鹿児島大学大学院医歯学総合研究科 整形外科科学助教
令和23年 鹿児島大学大学院医歯学総合研究科 整形外科科学診療講師
平成30年 鹿児島大学病院 整形・運動機能センター講師
令和2年 天陽会中央病院

資格・学会

○日本整形外科学会専門医
○日本体育協会公認スポーツドクター
○日本整形外科学会公認スポーツドクター
○医学博士



Part-1: ひざ 膝

コロナ禍における健康づくり

座ってできる、ひざ痛予防の運動

膝裏のストレッチ



運動は無理せず、
転倒に十分に注意して
行いましょう！

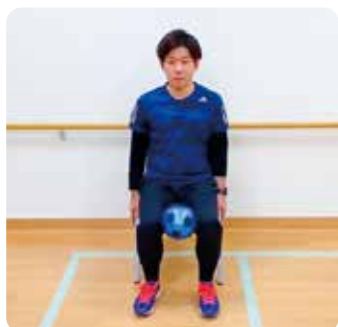
ここが
ポイント



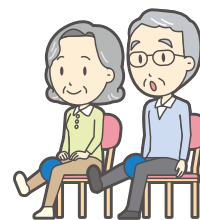
椅子に浅く腰かけて片足を伸ばします。そのまま体を前に倒して膝裏が伸びるのを感じましょう。

片足10秒を3回×1日3セット

太もものトレーニング



ここが
ポイント



両膝の間にボールを挟んだまま片足を10秒間伸ばします。
※ボールは丸めたタオル等で代用可能です。

片足10秒を3回ずつ×1日3セット

立ち上がりトレーニング



ここが
ポイント



胸を張り、ボールを両膝で挟みます。その状態を保ちながらゆっくりと立ち上がります。

5回立ち上がり×1日3セット

KYTで放送されました！

2020年12月26日、KYTで当院の整形外科やリハビリの様子が紹介されました。
今回の3つの運動もテレビで紹介しております。
右のQRコードから運動が動画で見られるので、ぜひチェックしてみてください！



周辺さんぽ

鹿児島市金生町

わたしのおすすめ!



山形屋1号館7F



山形屋食堂

ふるさとレストランとして世代を超えて親しまれてきた山形屋食堂の名物「山形屋の焼きそば」や「金生ラーメン」がテイクアウトで楽しめるようになりました。開発に半年かけたという両メニュー、湯煎するだけでお店の味を再現できるとあって毎日完売するほどの人気ぶりなのだそう。食堂での受け渡しの他、ぐるめ館でのドライブスルーも可能。また、特別な日を華やかに演出する「ルドーム」のテイクアウトも好評です。

天陽会中央病院
厚地 伸彦 院長



山形屋の焼きそば

1日限定50食

山形屋食堂の人気メニュー

- ① 山形屋の焼きそば
- ② 黒豚炒飯セット
- ③ 天ぷら寿司ざる膳

山形屋名物「焼きそば」が誕生したのは昭和33年。今では年間20万食を売り上げる鹿児島島のソウルフードです。野菜の甘みと具材の旨味を塩味で引き出したボリューム満点の一品。オリジナル三杯酢の一振りで違う味わいも楽しめます。

テイクアウト 780円(税込)
※一日限定50食



山形屋食堂

鹿児島市金生町3-1

山形屋1号館7F

営業時間 10:00~19:30

(19:00 オーダーストップ)

ご予約・お問い合わせ 099-227-6165

お承り・お渡し時間 午前11時~午後5時



レストラン ルドーム

鹿児島市金生町3-1 山形屋1号館7F

○ランチ 11:00~15:00 オーダーストップ ○ディナー 17:00~19:30 (19:00 オーダーストップ)

※「山形屋食堂」「ルドーム」両店とも、テイクアウトの承りは前日17時までに要予約、お渡し時間は11時~17時となります。

ご予約・お問い合わせ 099-227-6166

お承り・お渡し時間 午前11時~午後5時



ルドーム

オリジナルハンバーグ

テイクアウト 1,500円(税込)

※スープ・付け合わせのお野菜付



社会医療法人
天陽会

天の陽のごとく、
医療をつうじて、
地域に永遠に貢献します。

中央病院 〒892-0822 鹿児島市泉町6-7 TEL: 099-226-8181

動悸、息切れ、胸が痛いなど、
循環器の症状については
いつでもご相談ください。



天陽会中央クリニック

〒892-0822 鹿児島市泉町16-1

TEL: 099-225-8650



桜島病院

〒891-1541 鹿児島市野尻町59

TEL: 099-221-2031



介護老人保健施設 あさひ

〒892-0822 鹿児島市泉町8-2

TEL: 099-225-8660



在宅ケアセンター あさひ

〒892-0822 鹿児島市泉町16-9

TEL: 099-226-9655



グループホーム さくらじま

〒891-1541 鹿児島市野尻町49-1

TEL: 099-245-0818



在宅ケアセンター さくらじま

〒891-1541 鹿児島市野尻町59

TEL: 099-221-2080

