

新しい医師の紹介

診療科 内科

診察日 月・土(午前)

内視鏡検査は、月・火・水・木(予約制)



あおき ひろずみ
青木 啓純

2022年6月より、消化器内視鏡室にお世話になっております。元々は脾臓、胆道系をメインに診察、診療をしておりましたが、当院では消化器疾患全般に分野を広げて診察できればと思っています。脾臓などで心配な方は、一度ご相談ください。

当院の内視鏡の紹介

当院では、2021年3月に新しく内視鏡システムを導入しています。外径5.4mmの細い内視鏡で先端部が以前より柔らかくなっており、苦痛軽減が期待できます。



特殊光観察でも暗くならず、粘膜の構造がきれいに見え、病変を認識しやすくサポートしてくれる機能により早期胃がんや微小病変を発見しやすくなりました。また、4Kモニターも導入し、より正確な診断が可能になっています。

催しのご案内

新型コロナウイルスの感染拡大にともない、10月末までの催しの開催を中止しています。11月以降の催し開催については、決まり次第当院のホームページにてお知らせします。

YouTubeを見て運動しましょう

当院のYouTubeチャンネルでは、転倒予防を中心に健康情報を配信しています。今年度からは、より手軽に見れるように、YouTubeショート動画機能を活用した短い動画で運動方法を紹介しています。今回は「スマホ首改善のストレッチ」と「スマホ首予防の正しい姿勢」を配信しました。是非ご覧ください。



YouTubeにアクセスします
QRコード

病院統計 (2021年1月～12月)

外来患者延数	78,339人	地域医療支援病院紹介率	62.5%
入院患者延数	62,696人	地域医療支援病院逆紹介率	92.3%
新入院患者数	4,242人	救急患者搬入件数	2,144件
退院患者数	4,280人	脳神経外科手術件数	232件
平均在院日数	12.3日	整形外科手術件数	2,227件

特集

脚の痛みしびれに注意
～休まず続けて歩けますか？～



Model: 左から平野さん、土畑さん(OP・ICU看護師)
土井英之医師(整形外科)・三崎孝昌医師(整形外科)
時岡孝光医師(リハビリテーション科)
今回は、土井医師による脊椎の病気について特集しました。

Photographer: Yosuke Noritsugu



脳神経外科、整形外科、脳神経内科、リハビリテーション科、内科、循環器内科、麻酔科、放射線科、リウマチ科、形成外科、泌尿器科、皮膚科、救急科、健康センター、脳卒中センター、サイバーナイフセンター、PET・RIセンター、スポーツ・関節外科センター

〒703-8265 岡山県岡山市中区倉田 567-1
Tel. 086-276-3231 Fax. 086-274-1028
https://www.kyokuto.or.jp



診療時間 午前 9:00～12:00 (8:30受付開始)
午後 14:30～16:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	△	○	△

休 診 木曜午後 / 土曜午後 / 日曜 / 祝日
(但し、急患はこの限りではありません)

あとがき

手足の運動麻痺や痺れは脳だけでなく、脊椎、脊髄、更に末梢神経の障害でも起き、適切な検査、治療が必要です。今回、その一部である脊椎外科について掲載しました。

院長 吉岡純二

キラリ☆元気さん

診療部 リハビリテーション科 部長
時岡 孝光

そこが知りたい

条件付き MRI 対応心臓ペースメーカを装着した患者さんの MRI 検査対応を開始!

知っ得情報

仕事と治療の両立支援について

- 経営理念
- 一、安心して、生命をゆだねられる病院
 - 一、快適な、人間味のある温かい医療と療養環境を備えた病院
 - 一、他の医療機関・福祉施設と共に良い医療を支える病院
 - 一、職員ひとりひとりが幸せで、やりがいのある病院

ライフサプリ

スマホ首の予防と改善

きょうとう連携のわ

みはま整形外科

キョクトウニュース

新しい医師の紹介
当院の内視鏡の紹介

特集「足の痛み しびれに注意 ～休まず続けて歩けますか?～」

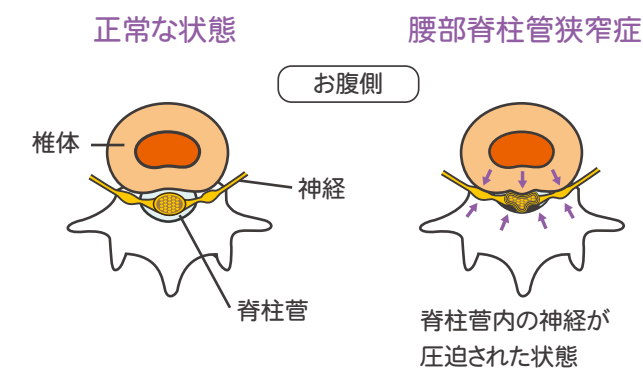
「お尻から太もも、あるいは足先にかけてしびれや痛みが生じて困る」「長いこと歩けない」という症状の患者さんが最近増えています。

これらは、腰部脊柱管狭窄症という背骨の神経圧迫による病気であることが多いです。(足に流れる血管が原因で、同様の症状が出ることもあります。)この疾患は、痛みのために出歩くことが面倒になったり、運動ができなくなるなど日常生活に大きな影響が生じます。ロコモティブシンドロームの原因の一つとしても、よく取り上げられます。

今回は、背骨の疾患の代表である腰部脊柱管狭窄症を中心に、足のしびれや痛みについてお伝えします。

腰部脊柱管狭窄症とは?

背骨には脊柱管という神経が通るトンネルがあります。加齢などが原因で背骨が変形したり、椎体が膨らんだりすることで脊柱管内の神経が圧迫を受け、神経の血流が低下します。それにより足のしびれや痛みが表れます。



主な症状

① 坐骨神経痛

お尻から太ももや足先にかけての足のしびれや痛み。

② 間欠跛行

歩いていると足のしびれや痛みがおこり歩けなくなる。しばらく休むと治るが、また歩き続けると再び痛み出す。

ひどくなると台所に立っているだけで痛くなり、座っていないと炊事ができないという方もいます。その他下記の症状などが出ることもあります。



マヒにより
脚に力が入らない



排尿・排便トラブル



① 手術
(右) 土井英之医師と(左) 三崎医師。

② MRI
当院では1.5T1台、3.0T3台の計4台のMRIが稼働しています。

③ ナビゲーションシステム
手術をする際、脊椎の位置がわかりスクリューを正確に刺入することができます。

検査について



腰椎の不安定性(すべり症など)や圧迫骨折、椎間板の傷み具合など、背骨の変形を確認する検査。



神経が圧迫されている部分など多くの情報が見え、問診と合わせるとかなりの確率で痛みの原因が特定できる。必須の検査といえる。



手足の血圧を測定することで、下肢動脈の狭窄や閉塞を簡易に見つけられる検査。

そのほか、一泊入院で脊髓造影検査をおこなうことがあります。この検査では腰椎の精密検査だけでなく、頸椎や胸椎といった腰椎以外の疾患も見つかることがよくあります。入院中に、今後の治療方針を主治医としっかり話し合えるというメリットもあります。

当院の治療の特長

脊椎の疾患は患者さんがとても多いですが、当院ではほぼ毎日診察の対応が可能です。

● 3名の脊椎外科医が対応

● 手術医療機器の充実

- ① 神経のはたらきを評価するモニタリングをほとんどの症例に用いることでより安全な手術をおこなえる。
- ② 固定術などにはスクリューの刺入精度・安全性が高くなるナビゲーションシステムを用いる。

● 循環器内科医との連携

足に流れる血管が原因の間欠跛行の場合にも、下肢血管専門医によるカテーテル治療が可能。

足のしびれや痛み、間欠跛行に対しては当院で治療が完結できることを目指しております。ご不明な点があれば、診察の際ご相談ください。

まずは安静や飲み薬などの保存療法



保存療法
安静・投薬



ブロック療法
局所麻酔



運動療法

鎮痛剤を用いることにより、痛みをコントロールする治療をおこないます。神経の血流を改善させるお薬を処方することもあります。

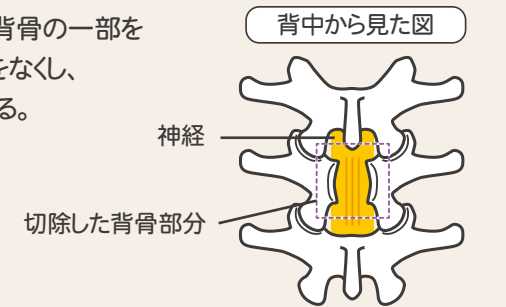
近隣の診療所の先生方と協力・連携して疼痛管理や注射、牽引などのリハビリ治療をおこないます。その他、痛みの生じている部位を特定するためにブロック療法をおこなったり、運動の指導、装具を装着する治療を選択する場合もあります。

手術療法

保存療法で痛みがコントロールできない場合は、手術という選択肢があります。手術は大きく椎弓切除術、腰椎固定術に分けられます。

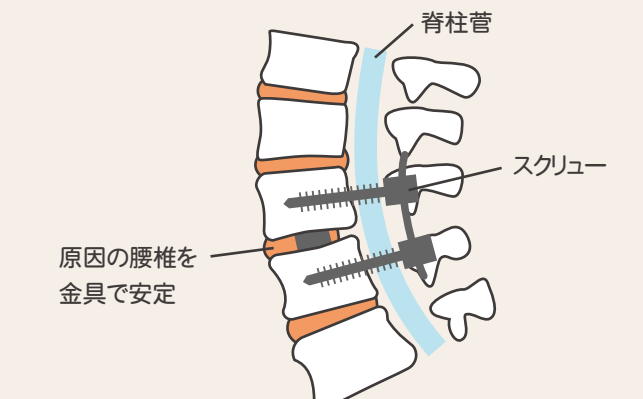
椎弓切除術

圧迫されている背骨の一部を削ることで圧迫をなくし、症状を軽減させる。



腰椎固定術

すべり症といった腰椎の不安定性や圧迫骨折などが原因で生じている場合におこなう。椎弓切除に加えて、スクリューなどの金具で腰椎の一部を安定化させる。





診療部
リハビリテーション科 部長
整形外科 外来(脊椎担当)

ときおか たかみつ
時岡 孝光

頸椎(首)、特に上位頸椎を専門として
いる時岡先生にお話を聞きました。

Q 専門領域はなんですか？

A 整形外科の外来で、脊椎を担当しており、特に頸椎を専門に診察・手術をしています。主な対応疾患は頸椎症性脊髄症、頸椎後縦靱帯骨化症、第一頸椎の亜脱臼など元通りにすることの難しい病気です。土井英之副院長と共同で考案した手術法「MICEPS」^{*}の活用など、適応に合わせた方法で症状を軽くすることを目指して治療をしています。
※外側小切開による最小侵襲頸椎椎弓根スクリュー固定術



Q 「MICEPS」とはどんな手術ですか？

A 他院で18年間、頸髄損傷の救命救急に対応してきて、頸椎の緊急手術で、大出血する場面を多く見てきました。そこで、皮膚切開範囲と出血量を減らし、患者さんの身体の負担を軽減できる手術法として「MICEPS」を考案しました。当院では安全第一な手術のために、撮影したCT画像を参考にしながら手術をおこなう、ナビゲーションシステムを導入しています。

Q 心がけていることはなんですか？

A 一般の整形外科とは違い、命に関わるような難しい病気を取り扱うからこそ、診察室では笑顔を絶やさず、空気が暗くならないようにしています。また、よくならなかったり、麻痺が残ったりすること多い病気だということを理解をしてもらえよう丁寧な説明を心掛けています。

Q 患者さん・地域の方へのメッセージ

A 手足のしびれや麻痺などの軽い症状の中にも、手術の必要な重い病気が隠れている可能性があります。まずは近隣の診療所を受診し、相談をしてもらい、頸椎の病気で手術が必要と判断されたら、紹介状を持って当院をご受診ください。

そこが知りたい

条件付きMRI対応心臓ペースメーカを装着した患者さんのMRI検査対応を開始！

当院では条件付きペースメーカ装着患者さんのMRI検査が可能となりました。適応の確認のため、病院を受診する際には必ずペースメーカ手帳と条件付きMRI対応カードをご持参ください。

※当日検査など緊急な検査には対応しておりません。

MRI 検査日決定までの流れ

来院前にご確認ください

持参物

- ペースメーカ手帳
- 条件付き MRI 対応カード 
「MRI」の表記があることをご確認ください。

※手帳やカードは、メーカーによって色やデザインが異なります。

下記の方は検査を受けることができません

- ☐ 装着後 6 週間以内
- ☐ 装着部位が胸部以外
- ☐ リードが損傷している疑いがある
- ☐ 既存リードを使用
本体交換の場合は条件を満たしません
- ☐ MRI 装置及び撮像条件を満たしていない

金曜日午前
循環器内科の診察
検査が可能か判断します。



MRI検査日の決定

検査は後日になります。



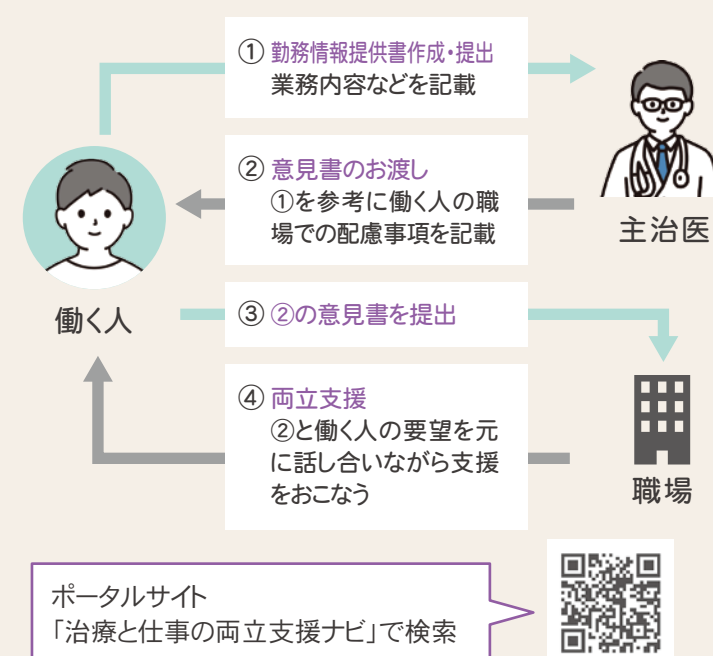
知っ得情報

仕事と治療の両立支援について

「治療しながら仕事を続けられるだろうか・・・」「職場に自分の病状を尋ねられるけどうまく説明できない」働きながら治療をする中で、そんな悩みをお持ちの方はいませんか？病院と職場が連携しながら、患者さんを支援する仕組みが両立支援です。詳細は医療ソーシャルワーカー(医療福祉相談室)まで気軽にお尋ねください。お電話でのご相談もお受けしております。

お問合せ

直通
086-276-1210(メッセージ確認後2156を押す)
担当：医療福祉相談室



ポータルサイト
「治療と仕事の両立支援ナビ」で検索



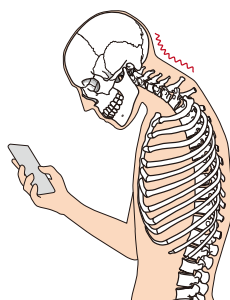


ライフサプリ

スマホ首の予防と改善

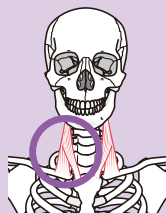
スマホ首とは

スマホなどを長時間使用することにより、胸鎖乳突筋が硬くなり、首が正常な位置より前に出てしまっている状態のことです。右側で紹介するストレッチにより、筋肉を柔らかくすることで、改善が期待できます。



きょうざにゆうとつきん 胸鎖乳突筋

耳の後ろから鎖骨の内側へ向かって縦に伸びていて、首を回したり上下に動かしたりするときに使う筋肉。



主な症状

首の骨には手足の動きや感覚をコントロールする神経が通っています。そのため、首に負担がかかると、肩や首以外の部位にも症状が出る場合があります。主な症状は以下のようなものがあります。

- ・首や肩のこり
- ・見上げた時の首の違和感
- ・首がつまって上を向くことができない
- ・目が疲れやすい
- ・身体が疲れやすい
- ・睡眠不足を感じる
- ・身体に不調がある など



スマホ使用時の正しい姿勢

スマホはのぞきこまず、目線の高さで使用しましょう。

正しい姿勢



悪い姿勢



スマホ首改善のストレッチ



①

右手で左の鎖骨から肩甲骨にかかる部分を手で押さえる。



②

その状態のまま、ゆっくり上を向く。



③

上を向いたまま右側に首を倒し、15秒キープして、ゆっくり元に戻す。

左右3セットずつ おこなひましよう

YouTubeで動画を配信しています

当院のYouTubeチャンネルで、今回紹介したストレッチを動画で解説しています。その他にも楽しく学べる動画を毎月配信していますので是非チャンネル登録してご覧ください。



YouTube
チャンネル ▶



みはま整形外科

久永 和孝 院長
久永 祐司 副院長

施設の特徴

平成5年に南区三浜町にて開院し、令和4年5月に南区築港新町に移転しました。ケガ、捻挫、骨折やスポーツ障害から膝痛、腰痛、骨粗鬆症などに対して無床診療所としての特徴を生かした治療をおこなっています。

移転に伴いリハビリ室を広げ、レントゲン装置やエコー、骨密度測定器などの刷新をおこないました。待合はもちろん診察室、処置室、リハ室などソーシャルディスタンスを保ち、かつ空調や高い天井などコロナ対策にも力を注ぎました。

副院長との2人体制になり密度の高い診療を目指し、課題であった待ち時間も改善されと思っています。

診療モットー

岡山を元気に! 口コミに負けない暮らしを応援します。



診療科目 整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

診療時間 午前 9:00～12:30
午後 15:00～18:30

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	○

休 診 木曜午後 / 土曜午後 / 日曜 / 祝日

〒702-8056 岡山市南区築港新町1丁目5-26

☎ 086-265-0880 Fax: 086-265-1755



◆公共交通機関をご利用の場合

岡電バス「新町北」を下車 徒歩1分
駐車場 30台