

# O's news

オーズニュース

2015

第130号

11

2015年11月1日発行

〒674-0064 兵庫県明石市大久保町江井島1661-1 TEL:078-938-1238/FAX:078-938-1236 mail info@onc.akashi.hyogo.jp

地域医療連携室 TEL:078-938-1288/FAX:078-938-0399

<http://www.onc.akashi.hyogo.jp/>

発行責任者:院長 大西 英之 編集責任者:事務次長 瀧原 健司

## 「腰部脊柱管狭窄症」の治療

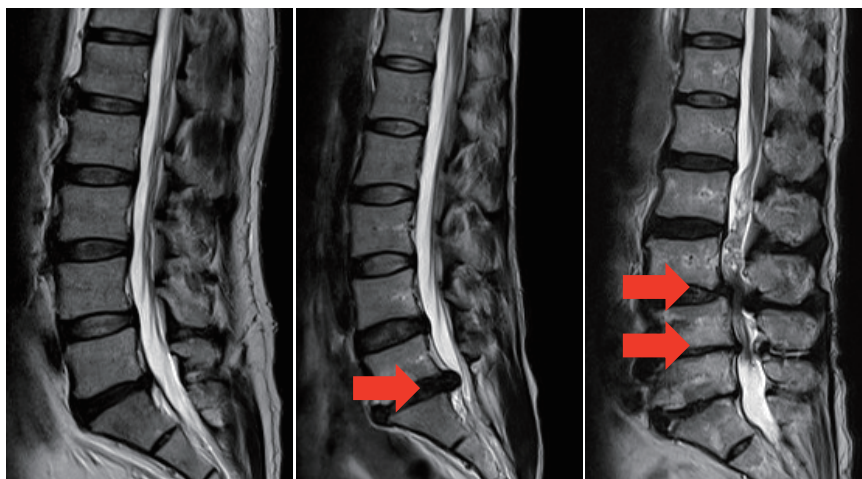
脊椎・脊髄センター長  
脳神経外科 部長 山本 慎司

「脳神経外科」は、脳はもちろん、脊髄や末梢神経を含めた**全身の神経の病気の診断と治療を行う専門科**であり、その中でも非常にたくさんの方がお困りの「脊椎・脊髄」の病気に対する治療も中心的な分野であります。我が国では整形外科でも治療することが多い領域ですが、欧米を始め海外の多くの先進国ではむしろ脳神経外科が治療を行っています。我々も高度な専門知識と技術を駆使し、一般的な頸椎・腰椎の椎間板ヘルニアや脊柱管狭窄をはじめ、骨粗鬆症による脊椎圧迫骨折、治療の難しい脊髄腫瘍や脊髄血管障害などの最新治療を日夜行っています。

脳から手足につながる脊髄(中枢神経)は、脊柱管と呼ばれる脊椎(せぼね)の中のトンネルに収められ、様々な動きや衝撃を受けても損傷しないように守られています。しかし、体の大黒柱で、多くの関節の集合体である脊椎(せぼね)は、長年の姿勢習慣や運動などの影響によって徐々に骨の変形やずれが生じ、椎間板が突出し、靭帯が変性し分厚くなることで脊柱管が狭窄し(狭くなり)、脊髄とそこから分岐する神経が圧迫されることで手足のしびれや麻痺、歩行障害、排尿障害などが生じ、生活に支障を来すようになります。

腰部脊柱管狭窄症は、腰痛や坐骨神経痛、足のしびれ、間欠性跛行(かんけつせいはこう。休まないと

長く歩けなくなる。)などの症状をきたし、高齢者を中心に非常に大勢の方が発症されます。軽症の場合は物理療法、薬物治療、ブロック治療などで治療しますが、症状が強い場合はこれらの効果が期待できないため、手術治療をお勧めします。近年、様々な手術方法が開発され、顕微鏡手術、内視鏡手術、金属を用いた強固な脊柱固定術などが行われています。本院では、最小限の体の負担で安全確実に症状を改善し、長期的な体の安定を図るべく、顕微鏡を用いた精密な手術を中心にを行っています。傷は数cmと小さく、関節や筋肉をすべて温存するため、通常は手術翌日より歩行を開始していただいています。

健常例  
(無症状)腰椎椎間板ヘルニア  
(激しい下肢痛)腰部脊柱管狭窄症  
(下肢しびれ、歩行障害)

## 新任医師の紹介



脊椎・脊髄センター長  
脳神経外科部長  
日本脊髄外科学会認定医・指導医  
やまもと しんじ  
**山本 慎司 医師**

平成27年10月より、本院の脊椎脊髄部門を担当し、頸椎や腰椎の椎間板ヘルニアや脊柱管狭窄をはじめ、骨粗鬆症による脊椎圧迫骨折、脊髄損傷、脊髄腫瘍、脊髄空洞症、脊髄血管奇形、手根管症候群などの末梢神経障害の最新治療を日夜行っています。最小限の患者さんの体と生活の負担で、長く元気に過ごせるような治療を心がけています。手足のしびれ、腰痛、歩きにくさなどでお困りであれば、お気軽にご相談ください。



脳神経外科専門医  
つだ かい  
**津田 快 医師**

10月より赴任してまいりました津田 快と申します。大阪の関西医科大学出身で、これまでは大学病院を中心にその関連病院で勤務しておりました。地域医療に貢献できるように頑張ります。よろしくお願いいたします。



## 理学療法士とは何か?

リハビリテーション科 理学療法士 鹿子木 知之

理学療法の目的は、主として基本的動作能力の回復を図る事としています。基本的動作能力とは、寝返る、起き上がる、座る、立つ、歩くことを言い、その動作を獲得させるために運動療法、物理療法、動作訓練を実施します。運動療法の目的は、①関節可動域の維持・増大②筋力の維持・増大③筋持久性の維持・増大④協調性の獲得⑤心肺機能の維持・増大の5つに分類されます。物理療法の目的は、温熱、電気



等を用い、疼痛の緩和、循環の改善、損傷組織の治癒促進としています。単に運動していたら筋力が向上するものではありません。筋力を増やすには、筋を大きくする。持久性をつけるには筋を支配している血管を増やす必要があります。その目的によって負荷を変えて運動させているのです。このように科学的根拠に基づいて、どの治療（運動療法・物理療法）が適応となるのか、どのような動作訓練が適しているのかを判断しながら実施しています。



## ?? 社会保障・税番号(マイナンバー)制度ってなに?

### ▶ 社会保障・税番号(マイナンバー)制度とは?

総務課 立田 洋平

- ポイント1 平成27年10月以降、国民全員にマイナンバーが通知されます
- ポイント2 公平・公正社会の実現、手続きの簡素化による国民の利便性の向上、行政の効率化が目的
- ポイント3 平成28年1月から、社会保障、税、災害対策の行政手続きでマイナンバーを取扱います

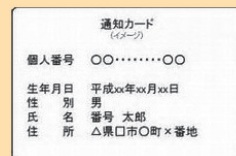
### ▶ 社会保険での利用は?

ハローワーク、日本年金機構、健康保険組合等では、雇用保険、労災年金、厚生年金保険などの各種手続きでご本人の「個人番号(マイナンバー)」を利用します。

これらの機関に各種届出を提出する際に、従業員等の「個人番号(マイナンバー)」を記載することが求められることになります。

### ▶ 参考に…

今後通知カードや個人番号カードがお手元に届きます。



通知カード見本



個人番号カード見本



# 日本の四季暦「二十四節気と七十二候」のお話

ガーデンQoo 秋吉 美穂子

しも つき  
**霜月**

霜が降りはじめの月「霜月」。あたたかな「こはるびより小春日和」、木枯し、しぐれ時雨をくり返しながら、晩秋から初冬へと季節がかわってゆきます。

## 二十四節気

### 十八節気

そうこう

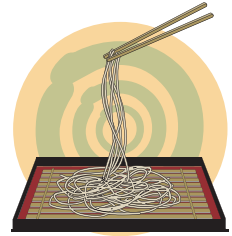
# 霜降



## 七十二候

11/3~7(五十四候) **楓蔦黄** もみじつたきばむ

さまざまな紅葉に彩られる頃、豊かな日本の風景です。「新蕎麦」の文字をおそば屋さんで見かけます。「秋新」と呼ばれる秋のそばは味も香りもよく、そば好きにはたまりません。



### 十九節気

りつとう

# 立冬

「立」とは、新しい季節になるという意味があり、立春、立夏、立秋、立冬と、大きな節目です。冬の始まりです。

11/8~12(五十五候) **山茶始開** つばきはじめてひらく

山茶花(さざんか)が咲き始め、秋の終わり、冬の始まりを告げています。柿は日本原産「KAKI」として世界で知られ、ビタミンCを多く含みます。木の上に一個だけ実を残す風習「木守り」。翌年の豊作を祈りました。



11/13~17(五十六候) **地始凍** ちはじめてこおる

地面も凍り始め、霜柱も見られるようになる時季です。子供の無事と成長を願った七五三。徳川綱吉の長男「徳松」の健康を祈願したことがはじまりとされます。かわいらしいその姿に、笑顔がこぼれます。

# 冬

11/18~22(五十七候) **金盞香** きんせんかさく・きんせんこうばし

花の形が黄金の杯に似ていることから、水仙を金盞花と呼びました。かぼちゃ、たまねぎ、にら、ねぎ、れんこんなど、体を温める野菜はスープやお鍋におすすめです。汁物にすることにより、水に溶け出した栄養もあますことなくいただけます。

### 二十節気

しょうせつ

# 小雪

北国から初雪の便りの届く頃、冷たい北風が吹き、冬本番も間近です。

11/23~27(五十八候) **虹蔵不見** にじかくれてみえず

曇の日が多く、空気が乾燥している日差しの弱いこの時季に、虹が見られることは稀です。鱈・鱒・きんき・ほっけ…冬の魚がおいしい季節です。栄養も豊富でお鍋に煮つけにぴったり。鍋具材として欠かせない白菜、野菜として普及したのは昭和になってからのことだそうです。



11/28~12/1(五十九候) **朔風払葉** さくふうはをはらう

北風が赤や黄色の木の葉を吹き払い、落ち葉が地面を彩ります。石路(つわぶぎ)の黄色い花が、初冬のやわらかい陽ざしの中に咲きます。若い葉は山菜として、根茎は胃腸薬として昔から重用されました。

## 11月の季節の花

## キク

キク科キク属多年草／原産地：中国  
花期：9月～11月／花言葉：「高貴」「高潔」



秋から初冬にかけて、菊は様々な形で親しまれています。庭で咲く小菊、菊花展などで見られるみごとな「大菊」「懸崖菊」、園芸店に並ぶ「ポットマム」、野山で咲く「野菊」そして「食用菊」など…。

菊は多年草の短日植物なので、一日の暗闇が14時間以上にならないと開花しません。切り花用の菊は「電照菊」と呼ばれ、ハウス栽培で日照時間を調整することにより、周年出回っています。ポットマムと呼ばれるコンパクトな形の菊は、矮化剤処理されているので、効果の切れる2年目には、草丈が高くなります。地上部の枯れ始める12月に、2cm残して切り戻し、翌春4～5月に1/3程に切り戻しを行うと草丈を抑えられ、花芽の数もふえ、秋の風情をもう一度楽しめます。



Ohnishi Neurological Center

# 外来担当医表

		月	火	水	木	金
1診	午前	大西	埵本	久我	林	兒玉
	午後	埵本	大西	久我	林	兒玉
2診	午前	高橋	高村	前岡	埵本	岡本
	午後	高橋	高村	角田	村上	岡本
3診	午前	担当医	藤田	角田	藤田	担当医
	午後	担当医	藤田	担当医	藤田	担当医
5診	午前	津田	津田	津田	津田	担当医
	午後	津田	津田	津田	津田	担当医
6診	午前	てんかん丸山(1・3)	辻	脳血管内治療外来 大西(宏)	—	脳血管内治療外来 岡本
	午後	てんかん丸山(1・3)	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 林	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本
7診	午前	神経内科 立花	—	神経内科 藤田	内科 電門(カマド)	神経内科 上田
	午後	神経内科 立花	辻	—	内科 電門(カマド)	<13:00~> 麻酔科 鈴木
脳ドック		埵本	埵本	久我	埵本	兒玉

※診察受付時間:月~金 <午前>8:30~11:30 <午後>13:30~16:30 (H27.11)

## 連携協力医療機関のご紹介 (No.90)

### フェニックス岩岡クリニック

院長 平井 昭博

認定・資格:消化器病学会専門医・外科学会専門医・消化器外科学会認定医  
産業医・健康スポーツ医・兵庫県臨床漢方医会評議員  
麻酔科標榜医・医学博士・神戸大学医学部保健学科非常勤講師

診療科目:外科・胃腸内科・整形外科・放射線科・リハビリテーション科  
乳腺科・肛門科・人工透析・人間ドッグ

住所:神戸市西区岩岡町岩岡917-12

電話:078-967-0303

#### 平井院長からのメッセージ

当院は、地域密着型の急性期有床診療所です。  
大西脳神経外科病院をはじめ高次医療機関と連携して、  
当該地域の皆様に信頼と安心の医療を提供いたします。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 (9:00~12:00)	平井院長	松村Dr	平井院長	山田Dr	平井院長	平井院長	平井院長
	松村Dr	神戸大学(外科)	松村Dr	佐藤Dr(整形外科)	松村Dr	担当医	担当医
午後 (16:00~19:00)	平井院長	平井院長	平井院長	/	平井院長	/	/
	佐藤Dr(整形外科)	神戸大学(外科)	高松Dr(外科)	/	宮崎Dr(整形外科)	/	/

※休診:祝日のみ



## 連携協力医療機関のご紹介 (No.91)

### たご整形外科・外科

院長 多胡 博之

認定・資格:日本整形外科学会専門医  
医学博士  
運動器リハビリ認定医

診療科目:整形外科・外科・リハビリテーション科  
胃腸外科(水曜日のみ13:00~18:00 予約制)

住所:明石市花園町1-19

電話:078-928-6261

#### 多胡院長からのメッセージ

整形外科疾患を中心に地域に根ざしてやっております。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前(9:00~12:00)	○	○	○	○	○	○	/
午後(16:30~19:00)	○	○	※	○	○	/	/

※水曜日の午後は予約制の胃腸外科となります。午後13:00~18:00です。

## お知らせ

他院にも掛っておられる方は、お薬手帳や血液検査データ、紹介状などもご持参ください。  
紹介状がある方も保険証は必要です。必ずご持参ください。

JR大久保駅~山陽電鉄江井ヶ島間で無料送迎バスを運行しています。受診予約はかかりつけの診療所からいただけます。  
詳しくは地域医療連携室まで。駐車料金は1時間毎に100円です。外来患者様にはサービス券をお渡しします。