

健心会が発行する地域の医療情報誌

すこやか



神戸ほくと病院 看護部 師長

特集 02-03

脊椎センター

04 地域医療連携
近隣医院紹介

05 新設診療科のお知らせ

06 在宅ほくと

07 シルバーステイ
あじさい

特集 脊椎センター



■今回は「整形外科」で行われている手術、特に脊椎手術についてドクターにお聞きしました。

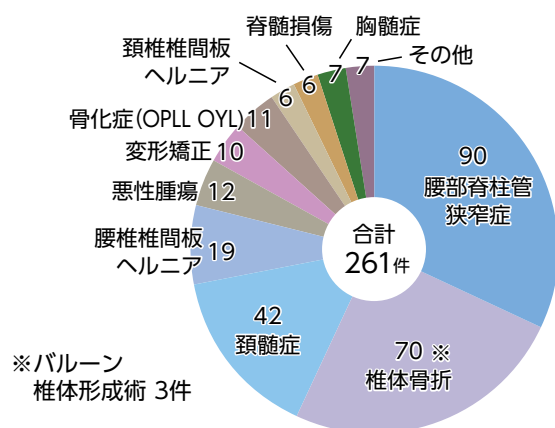
Q. 神戸はくと病院で行っている脊椎手術の件数は年間どれくらいでしょうか？

A. 平成29年の脊椎外科の手術件数は244件（整形外科全体で405件）でした。首の骨（頸椎）から背骨（胸腰椎）、仙骨までの全ての脊椎に関する治療を行なっています。

Q. 頸椎、胸椎、腰椎、仙骨の疾患はどのような疾患がありますか？

A. ヘルニア、狭窄症（変性疾患）、骨折、がん、感染（結核、脊椎炎）、骨化症、背骨の曲がり（側湾、後湾）など様々な病気があります。当センターではこれら全てに対応できます。

平成29年の脊椎センターの手術の内訳



Q. 脊椎・脊髄疾患の症状は？どのような症状があれば受診したほうが良いのでしょうか？

A. 頸部痛、背部痛、腰痛、手足のしびれと疼痛が主な脊椎の症状です。

どの程度までなら自宅で様子を見ていても良い、と一概に言うのは難しいです。いつも患者様に申し上げるのは、「痛さメーター 5/10以上が持続する」「箸が使いにくい、ボタンが止めにくい、字が書きにくい」「痺れ、痛みの為に500m以上連続で歩けない」などは黄信号です。「熱があって背中が痛い」「じっとしていても痛い」「痛くて眠れない」「足関節が全く上がらない」「尿が出にくい」などは赤信号です。脊椎外科医の仕事の半分は「痛み・しびれの原因をつきとめる」「手術にならない様に保存的加療を行う」ことですので、上記の様な症状がある時は遠慮なく受診される事をお勧めします。

Q. 脊椎疾患の治療法を決定するにはどのような検査が必要でしょうか

A. まずは詳細に主訴と病歴、既往歴を伺う事が重要です。通常のレントゲン写真撮影で治療の方向性のある程度決定します。必要と判断されればCT、MRIを施行します。症例によっては詳細に病態を捉える為に採血検査、脊髄腔造影検査（ミエログラム）や、疼痛の原因を特定する為の神経根ブロックが必要になることがあります。

Q. 主な治療法はなんのでしょうか？

A. 保存的加療と観血的加療（手術）です。脊椎疾患は手術

をしなくても治る病気はいくらでもあるため、最初は適切な保存的加療を行います。保存的加療には内服、座薬、リハビリテーション、コルセット、注射に加えてブロック療法（硬膜外ブロック、神経根ブロック）などがあります。ブロック療法は一時しのぎだけではなく、効果が持続する方も多くおられます。また、椎間板ヘルニアには2018年8月からヘルニアという椎間板ヘルニアを注射で治療する方法が認可され、当院でも行っています。

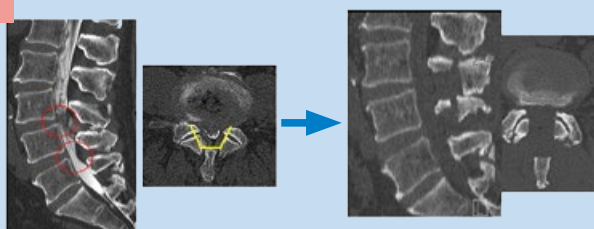
Q. 手術をした方がよいかどうかは何が決め手になりますか

A. 先程示した「黄信号」の症状の中で、保存的加療が無効であると判断された場合、手術を考えることになります。疼痛が強く持続する場合、麻痺が短期間に悪化する場合などが当てはまります。「赤信号」の症状の内、症状が重症な麻痺症状が手術の決め手になります。私達は手足の筋力を0-5の6段階で評価しますが、2以下になると明らかに重症で、足でいうと「下垂足」が当てはまります。「尿が出にくい」「お通じができない」「便意、尿意がわかりにくい」という症状のである「膀胱直腸障害」は発症してから出来るだけ早期に手術を行わなければ回復しにくいことがあります。

Q. 手術にはどのような方法があるのか？

A. 大きく分けて脊椎の手術は、神経の圧迫を取る「除圧術」とグラグラする骨の動きを食い止める「固定術」の2通りです。ヘルニアを取るヘルニア摘出、狭窄症の圧迫を取る拡大開窓などが除圧術です（図1）。

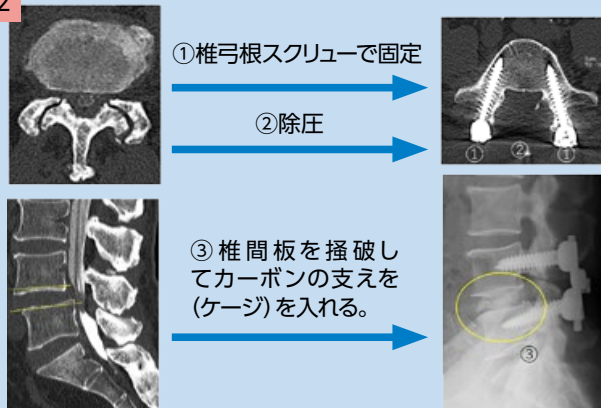
図1



除圧術の例・腰部脊柱管狭窄への拡大開窓術：腰の関節を温存して除圧を行う

固定術は釘とそれを繋ぐロッド（棒）、ケージ（つかえ棒の様なもの）を組み合わせで行います（図2）。

図2



固定術の例・腰部脊柱管狭窄症への後方進入椎体間固定術

これらを組み合わせることによって、脊椎の変形の矯正などの複雑な手術も行えるようになっていきます。

Q. 高齢でも手術は受けられますか

A. 当院ではご高齢の患者様にも手術が必要と判断される場合は手術を検討します。4年間に80歳以上の患者様322名に手術対応を行い、ほぼ良好な改善を得ることができています。超高齢の患者様特有の問題点と対応策も判明しており、当院では高齢を理由として手術を断ることはありません。

Q. 癌の脊椎転移の方の手術について

A. 日本人の2人に1人ががんになり、その内約30%の方に背骨への転移が生じます。今、転移性脊椎腫瘍は大きな問題になりつつあります。がんの背骨への転移は疼痛を生じてから平均7週間で四肢麻痺を生じるとされており、私達は患者様の生命予後や全身状態を十分に検討した上で、転移性脊椎腫瘍にも手術対応を行っています。残念ながら脊椎のがんを取り去ることはできませんが、麻痺と疼痛の改善により自宅での生活が出来るようになり、放射線治療や化学療法も手術後に行えるようになる患者様も居られることから、生活の質の向上を望まれる患者様には手術の選択肢を説明しています。

Q. 術後のながれについて

A. 早期にベッドを離れて歩行練習を開始することを心がけています。術翌日から座り、トイレ移動は看護師介助で行います。リハビリテーションも翌日から始まります。術翌々日には全てのチューブ類の除去と歩行を開始します。7日目を目処に病状を患者さんだけでなく、ご家族にも説明し、ここで退院日が決まる事が多いです。8～10日目にドレッシング材を除去し、14日前後でほとんどの患者様が退院されます。

Q. 神戸ほくと病院脊椎センターのモットーをおしえてください

- A.**
- まず徹底的な保存的加療を行い、必要と判断されれば手術のお話をします
 - 無理・無駄な治療をおすすめしません
 - 納得いただける治療のために説明の時間を十分に取るように心がけます
 - 高齢者（80歳上含）、合併症の多い方（透析含）の方であっても治療の可能性を検討します
 - 正直に合併症、治療の限界のお話をします
 - 神戸大学脊椎グループ、地域の整形外科・神経内科・脳外科の先生方と積極的に連携し、安心の和が広がるように心がけます

今回の写真の手術の執刀と、
記事の質問に答えていただきました。

高田 徹 医師 プロフィール

昭和43年12月31日山口県生まれ

出身大学：神戸大学医学部

医局：神戸大学整形外科

整形外科専門医

脊椎脊髄病外科指導医

平成27年から神戸ほくと病院脊椎センター長





地域医療連携

地域の皆様に安心して心のこもった医療と介護を提供するため地域医療連携を推進しています。

近隣医院の紹介

山下整形外科

診療科目 整形外科、呼吸器科、リハビリテーション科

☎078-596-6210

〒651-1233 兵庫県神戸市北区甲栄台 4-3-17

2000年(平成12年)に、神鉄鈴蘭台駅前に山下整形外科を開院しました。整形外科クリニックですが、私自身が内科医から整形外科医に転身した経歴があり、整形外科専門医・スポーツ医として骨・関節疾患・スポーツ外傷及び障害を中心に診療しておりますがそれ以外の患者さんの訴えにもできる範囲で対応するよう心がけています。その上で、地域の他の医療機関との連携を深め、地域医療に役立てればと日々診療しております。

◎神戸ほくと病院に期待すること…

整形外科の高田先生には、これまで脊椎疾患の手術で大いに助けていただきました。北区の脊椎疾患の拠点になってほしいと思います。また、緊急のMRI検査や入院にも快く引き受けて下さり、感謝しております。今後も北区の医療連携の中核になってほしいと思います。



院長 山下 誠三先生



「神戸大学大学院整形外科脊椎外科学部門」との連携

平成27年に神戸ほくと病院が移転新設を行って以来、神戸大学整形外科 脊椎グループとの連携をしています。高度技術を要する脊椎手術の症例数は多く、患者様に最善の治療や手術を受けていただく為に、当院の高田脊椎センター長と脊椎外科学部門 特命教授の西田先生を中心とする脊椎グループの先生方との連携により脊椎手術を行っています。

神戸大学大学院整形外科脊椎外科学部門

☎078-382-5985

〒650-0017 神戸市中央区楠町 7-5-1



神戸ほくと病院



神戸大学整形外科 脊椎グループのチーフを担当しています西田康太郎と申します。大学病院における手術枠の制限から、神戸ほくと病院との連携を開始して8年目を迎えました。その間、高田 徹 脊椎センター長と密に連絡を取りながら、大学からも多くの患者さんを受け入れていただいております。徐々に機材も充実し、今では大学病院に負けない設備や機器、看護師や技術者も揃っており、安心して効率よく手術を施行することが可能になっています。

本年度は大学から神田 祐太郎 医師を派遣し、医師団もさらに充実いたしました。脊椎疾患に苦しむ患者さんは増える一方で、高齢化や内科的合併症の存在など問題は山積しています。私共、脊椎グループと神戸ほくと病院脊椎センターはさらに連携を密にしながら、質の高い脊椎外科医療を提供してまいります。

神戸大学大学院整形外科 脊椎外科学部門 特命教授 西田康太郎

新設診療科のお知らせ

形成外科・美容センター 新体制のご案内

平成30年10月より、皐月玲子医師が着任。1階形成外科外来診療を開始いたします。

目・鼻・輪郭など顔面の美容外科を得意としております。治療内容としては、日帰りのプチ整形から骨削りまで幅広く行っております。また、しみ・しわ・たるみに対するアンチエイジングとして、美肌治療も併せて行っております。「見た目」に関して、少しでもお悩みのある方は、ぜひ一度ご相談ください。患者様に合った一番良い治療法をご提案できると思います。



専門分野

美容外科、美容皮膚科、形成外科

こやまクリニック形成外科・美容センター長

たけかわ ちから
武川 力

これまで形成外科疾患の診療を幅広く行ってきましたが、最近では特にまぶたの治療を積極的に行っています。まぶたが上がりにくい眼瞼下垂症や逆まつげ（眼瞼内反症）だけでなく、二重瞼などまぶた周辺の美容外科診療を含、みなさまに満足いただける治療を目指してまいります。また、レーザー治療などさまざまな治療方法から、美肌やアンチエイジングにも取り組んでまいります。



専門分野

形成外科一般、特に眼形成外科、レーザー治療、美容外科

さつき れいこ
皐月 玲子

経歴

- ▼名古屋市立大学医学部卒業
- ▼東京都済生会中央病院研修医
- ▼神戸大学医学部附属病院形成外科・美容外科新日鐵広畑病院形成外科
- ▼大分市医師会立アルメイダ病院形成外科
- ▼神戸大学医学部附属病院形成外科 美容外科川崎病院形成外科医長
- ▼こやまクリニック形成外科・美容センター長

経歴

- ▼金沢医科大学医学部卒業
- ▼医学博士
- ▼福井県立病院形成外科 副医長
- ▼金沢医科大学形成外科 助教
- ▼淀川キリスト教病院形成外科 副医長三田市民病院形成外科 医長（診療科長）
- ▼神戸大学形成外科 臨床講師

当院の特色

病気やケガなど健康保険の適応となるものが形成外科。さらにキレイにしたい方々の希望にお応えするものが美容外科、美容皮膚科です。いずれも診療できることが当院の特徴です。ぜひお気軽にご相談ください。

Tel 0120-437-904

※予約制です。

診療時間

午前：9:00～12:00

午後：14:00～17:00（火曜：15:00～17:00）

夜間：17:00～19:00

※詳細お問い合わせください

乳腺外科の診療開始についてご案内

神戸市北区の方々に安心して受けて頂ける乳がん検診と診断を提供させて頂きたいと考えています。乳がん治療については、神戸大学附属病院、国際がん医療・研究センターと協働し、最高の医療を提供させて頂きます。他院での検診、診断、治療などで気になる方も気軽ににご相談ください。



たに ゆういち
谷野 裕一

専門分野

乳腺疾患（主に乳癌）の診断と治療

経歴

- ▼和歌山県立医大卒
- ▼慶応大学留学
- ▼米国メリーランド州立大学留学
- ▼帰国後、多くの病院で乳腺外科を立ち上げ、がん診療連携拠点病院の整備を行う
- ▼北里大学に異動
- ▼乳腺・内分泌外科科長神戸大学附属病院に着任
- ▼現在、乳腺内分泌外科特命教授診療科長

乳腺外科 外来の目的

乳がんは、早期に発見すれば、90%以上が治るとわれています。早期発見なら乳房を温存するなど、自分の希望する手術法や治療法を医師と相談して選択できる可能性も高いからです。

乳がんが「見つかる事」が怖い事ではなく、「知らないまま」が怖い事。あなた自身の身体と生活を守りあなたを愛する人たちを悲しませないために、「自分でできる事」と「ちょっと勇気があればできる事」を知り実行しましょう。乳がんの検査と治療は、乳がん専門の診療である「乳腺外科」でおこなっています。

Tel 078-581-1123 ※予約制です。

診療日 毎週 火曜日

診療時間 午後：14:00～17:00

施設紹介

■谷上あんしんすこやかセンター



高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して、その人らしい生活を続けていくためには、地域の中で高齢者の皆さんを支える体制が必要です。「あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）」は、このような体制を支える中核基幹として神戸市域において概ね中学校区に1箇所の割合で、市内全域に76ヶ所設置しています。



▼認知症高齢者声かけ訓練を行いました



神戸市では平成30年4月に『神戸市認知症の人にやさしいまちづくり条例』が制定されました。あんしんすこやかセンターは高齢になっても安心して暮らせるまちづくりを応援しています。その一環として、高齢者声かけ訓練を実施しました。

何かお困りですか？



参加していただいた住民の方々に、声をかけることの難しさ、大切さを体験していただきました。

■居宅介護支援事業所ほくと



介護保険のサービスを利用するとき、相談にのってもらえる事業者です。本人や家族からの依頼により、要介護認定の申請も代行します。申請代行の費用は通常無料です。ケアマネジャーが要介護や要支援の認定を受けた方について、どのような介護サービスが必要かを判断し、本人や家族の希望を踏まえ、具体的なケアプランを作成します。ケアプラン作成についても利用者の負担は原則としてありません。



新人紹介

ケアマネジャーの吉野です！

「9月から仲間入りしました。皆様のお役に立てるよう頑張ります！毎晩主人とお酒を飲むのが楽しみです。」



お知らせ

■介護保険サービスの利用者負担割合が変更されました

介護保険サービスの利用者負担について、これまでサービス費の1割または2割負担でしたが、平成30年8月から、**65歳以上で現役並みの所得のある方は、負担割合が3割に変更**になりました。要介護・要支援認定を受けた方は、毎年7月頃に市町村から「負担割合証」が交付されます。「利用者負担の割合」の欄で負担割合をご確認下さい。

所得区分		自己負担割合
本人の合計所得金額 220万円以上	下記以外の場合	3割
	本人を含めた同一世帯の65歳以上の方の年金収入とその他の合計所得金額が ※単身：340万円未満 ※2人以上：合わせて463万円未満	2割
本人の合計所得金額 160万円以上 220万円未満	下記以外の場合	1割
	本人を含めた同一世帯の65歳以上の方の年金収入とその他の合計所得金額が ※単身：280万円未満 ※2人以上：合わせて346万円未満	
本人の合計所得金額 160万円、64歳以下の方		



負担割合証



活動紹介 ■ デイケアでのリハビリ内容の紹介

▼全体体操

全利用者を対象に介護スタッフによる準備体操とリズム体操、セラバンドを使用した低負荷の筋力トレーニングを実施します。



▼自主歩行練習

片道20mのデイルームにて自主歩行カードを使用して行います。利用者の持久力に合わせて歩行距離を決定し、自主的に歩いてもらっています。



▼マシーントレーニング

6種類のマシンが設置してあり、上肢、下肢、体幹の筋力増強や持久力の向上を図ります。目的別に筋力を鍛えられるため、利用者の方の弱い部位を補うことができます。



▼コグニサイズ

「コグニサイズ」運動と認知課題を組み合わせた取り組みの総称を表した造語です。コグニサイズの目的は、運動で体の健康を促すと同時に、脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症の発症を遅延させることです。これをリハビリスタッフと介護スタッフにより少人数制で行っています。



▼個別リハビリ

要介護の利用者を対象にリハビリスタッフと個別にリハビリを行います。内容は対象者によって変わりますが、理学療法士がストレッチ、筋力トレーニング、バランス練習、歩行練習、階段練習など必要に応じて実施します。また、言語障害や嚥下障害を有する方には言語聴覚士によるリハビリを実施します。



▼小集団リハビリ

8～10名の少人数でリハビリスタッフと介護スタッフが平行棒を使用して行います。座位や立位での筋力トレーニング、バランス練習や立ち上がり練習を実施します。



■ 地域での活動

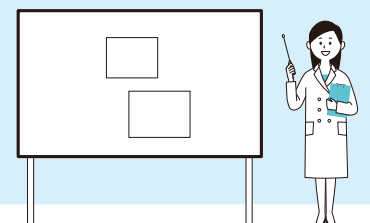


言語聴覚士
伊藤和也

理学療法士
柁木佳代子

谷上あんしんすこやかセンターと協力して、広陵町・小倉台ふれあいのまちづくり協議会様や近郊の自治会様の開催する集まりに定期的に参加をさせていただいています。内容は体力測定や介護予防に対する座学：脳トレ、認知体操等を行っています。

シルバーステイあじさいとしては地域の皆様と関わりを持つことによって、地域住民が病院やデイケア等の社会資源との繋がりを提供し、地域の皆様の安心感の一端を担えればと考えています。



i 健康教室を開催しております。

こやまクリニックでは地域の依頼を受けて医師による健康教室を開催しております。この度、整形外科：「**背骨の曲がりをなんとかしたい！～成人脊柱変性と腰部脊柱管狭窄症～**」を開催させていただきました。パワーポイントを使用し、身近な背骨（脊柱）の話を理解していただけたと思います。

7/23 (月)



甲緑ふれあい
まちづくり協議会
【健康さわやかくらぶ】

8/19 (日)



北五葉 新生会

10/29 (月)



花山東団地集会所

i ほくと健康増進会の活動報告

健康で明るい生活を取り戻すための医学的知識を深め、健康管理を科学的に行うとともに会員相互の親睦を図ることを目的に発足されました。

- 秋の親睦日帰り旅行（医師・看護師が同行しますので安心して楽しめます。）
- ほくと健康祭り（出店があり年1回のお祭りです。昨年よりケアハウス南風と合同でおこなっております。）
- ほくと健康増進会定期総会（年1回・健康教室もあります。）
- 会員証の発行、広報誌の送付



※増進会に関するお問い合わせは

☎ 078-581-1123 「ほくと健康増進会事務局」まで

i 大規模災害への備え（BCPへの取り組み）

災害事態に備えた体制は、安心かつ安全にご入院いただく上で不可欠の要素。万が一の災害にも患者様をお守りするための整備を心がけております。

2018年4月に、神戸ほくと病院の「防災マニュアル」を整備致しました。近年、大規模な災害が各地で発生しております。6月の大阪北部地震で震度6弱の揺れが襲いました。病院の受水槽が壊れ、非常用発電機が故障する事故がありました。9月の台風21号では、送電網の被害により関西電力管内で大規模停電が発生。多くの病院で停電が発生、非常用発電機の燃料切れによる全停電の事例もあった様です。

「防災マニュアル」では、大地震、火災、停電、洪水・土砂災害、雪害等を想定し、災害発災直後の人命保護、被害状況の把握、応急対応について取り扱っております。

定期的に災害対策訓練を実施し、内容の見直しを行い災害に備えたいと思います。



7月23日 第1回 災害対策訓練を神戸ほくと病院にて実施しました。「防災マニュアル」に沿って、発災直後の被害情報を災害対策本部に集約する訓練を行いました。



10月15日 災害対策本部設置シミュレーション（机上訓練）を、神戸ほくと病院 災害対策本部メンバーで実施しました。クロノロジーを作成し情報集約に取り組みました。発災直後の混乱した状況の中、情報を集約する事の難しさと重要性を再認識できました。



医療法人社団 健心会 <http://www.hokuto-hp.or.jp/>



● 神戸ほくと病院 TEL(078)583-1771

<http://www.hokuto-hp.or.jp/hokuto/>

● 透析センター ● 脊椎センター ● 内視鏡センター



● こやまクリニック TEL (078)581-1123

<http://www.hmk-clinic.com/>

● 内科／総合内科 ● 消化器内科 ● 循環器内科 ● 消化器外科
● 肛門外科 ● 外科 ● 整形外科 ● 形成外科／美容外科
● 泌尿器科 ● 眼科 ● 皮膚科 ● 心療内科
● ペインクリニック内科 ● リハビリテーション科

【受付時間】

● 月水金 9時～12時 / 14時～19時
● 火 9時～12時 / 15時～19時
● 土日 9時～12時

木曜日・祝日は休診させていただきますが、患者さんのご容体・その他の事情によっては、時間外や休日でも協力機関である神戸ほくと病院で診察させていただきます。



● シルバーステイ あじさい TEL (078)583-2223

<http://www.hokuto-hp.or.jp/ajisai/>

● 総合連携本部 つながり TEL (078)586-5066



● 神戸電鉄「山の街」駅より徒歩15分 ● 三ノ宮から新神戸トンネル経由 車で17分
● 阪神高速北神戸線箕谷インターから車で5分

在宅 ほくと <http://www.hokuto-hp.or.jp/zaitakubu/>

● 居宅介護支援事業所 ほくと TEL (078) 583-0440
● 谷上あんしんすこやかセンター TEL (078) 583-2666
● ほくとヘルパーステーション TEL (078) 582-5589
● ほくと訪問リハビリテーション TEL (078) 583-1771
● 訪問看護ステーション「ラポール」 TEL (078) 582-1153