

# 十三健康かわら版

平成29年3月 / 第40号

## □ 診療科紹介 <泌尿器科>

十三市民病院の泌尿器科をご紹介します。

現在当院の泌尿器科は安達、河野、西原(女性)の3名で診療を行っています。

皆さんは泌尿器科にどのようなイメージをお持ちでしょうか？何かおしっこで困ったら、あるいは何か下(シモ)の病気になったら、止むを得ず行くところで、できれば行きたくない、ちょっと敷居の高い診療科、あるいは何を診てもらったらよいのかよく分からない診療科というイメージでしょうか？

泌尿器の泌という字の意味は“流れる、泉が流れる”といった意味であります。すなわち尿の流れ道に起こった問題を解決し、尿が正しく流れ出るようにするのが、泌尿器科の仕事です。尿は体の中で作られた老廃物、有害な毒素や酸を余った水分と一緒に排出しています(ちなみに人は一日約1,500mlの尿を排出します。)。尿は腎臓で血液の成分から作られますので、健康な人であれば無菌であり、“おしっこは汚くない”のです。従って、尿を正しく排出することは、皆さんの健康にとってとても大切なこととなります。

泌尿器科は「尿のできる場所から排泄される場所まで」すなわち「腎臓から尿管、膀胱、尿道とその周囲をとりまく副腎や男性性器、睾丸や副睾丸」などの病気を治療いたします。これらの部位は尿の流れが滞ったり、有害な物質がたまる石(結石)や悪性の腫瘍(がん)ができたり、外から菌が入り感染を生じたりします。これらの病気に対して手術や薬剤・抗がん剤投与、他の様々な方法を用いて治療を行います。

ところで高齢化が進んでおり、そのため、尿路の悪性腫瘍(癌)も増えています。前立腺癌は男性の癌の中で一番多く、腎癌や膀胱癌も年齢とともに増加します。前立腺癌は急速に進行するケースは比較的少ないのですが、全体の患者数が多いのでしっかりした治療が必要な方は少なからずおられます。前立腺癌は血液検査でPSAを測定することにより発見が可能ですので、早期発見しそれぞれの人にあった適切な治療や対応が肝要です。

また、腎臓や膀胱がんの症状は、主に血尿や治りにくい膀胱炎などが典型的ですが、なかなか症状がはっきりしない人も少なくありません。できれば定期的に尿検査を受けたり、何か気になることがあれば、CTや超音波検査などの画像診断を行うことが有効です。

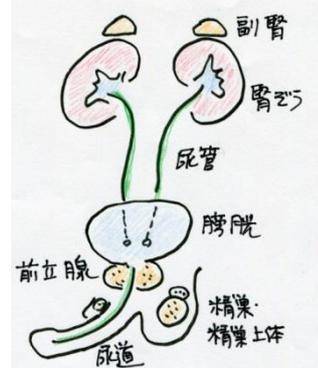
当院では間質性膀胱炎の治療にも取り組んでいます。間質性膀胱炎は1日10回以上の頻尿(多い方は20回、30回)と尿がたまった時の痛みや不快感の強い病気で、なかなか一般の薬が効きません。このような症状のある方はぜひ泌尿器科に相談してみてください。

排尿の状態そのものが“QOL=生活の質”に大きく影響します。頻尿は最も日常生活で困る問題の1つですし、特に夜間頻尿は寝不足により昼間の活動性を低下させ、また転倒により骨折から寝たきりへという不幸な生活パターンに陥る場合もあります。年だからと言ってほっておかず、適切な治療を受けられるのをお勧め致します。

泌尿器科の診察は、他科の診察とほぼ同じで、問診、尿検査、血液検査、画像検査(エコーやCT検査)などが中心になります。膀胱の内視鏡検査も必要になりますが、麻酔のゼリーを使い、柔らかくて細いファイバーを使用しますので、ほとんど痛みはありません。

また当院には女性医師がいますので(泌尿器科では希少な存在です)、男性医師の診察に少し抵抗がある方は、遠慮なく女性医師の診察を受けて下さい。あまり心配をせずに、何か排尿のことで気になることがあれば、いつでもお気軽に泌尿器科にご相談して下さい。

泌尿器科で診るところ



安達



河野



西原

# リハビリの便利な道具

平成29年 1月17日(火) 開催

つつい誰かに教えたくなる

いきいき健康セミナー

作業療法士 松田 大作

リハビリの便利な道具である「自助具」について紹介します。

病気や加齢により、1人でできることを増やし、もっと楽に介護できる道具を福祉用具と呼んでいます。皆さんは福祉用具と聞くと、車椅子や、杖・歩行器、介護ベッドなどを思い浮かべるのではないのでしょうか？

実はこれらの福祉用具の中に、もう少し身の回りの動きに近い「自助具」という物があります。自助具は何らかの原因で、手や腕が動かせなくなった等、日常生活を送る事が難しくなった方のためのものです。

また時間がかかってしまったり、人に助けてもらっていた身の回り動作を、自助具を使う事でできるだけ楽に自立した生活ができるよう、工夫や改良が加えられた「生活を補助する道具」です。



①ソックスエイド



②リーチャー



③台付き爪切り



④バネ箸

## ① ソックスエイド

靴下が履けない場合に用いる自助具です。

## ② リーチャー

対象物に手が届かない場合に用いる自助具で、ズボンの着脱や車いす移乗時のエレベーターのボタンの操作、カーテンの開け閉めなど用途は非常に多いです。

## ③ 台付き爪切り

既成品の爪切りに大きなレバーと台を取り付けて、指先が動かない方でも片手で利用しやすいように工夫されています。爪切りは両手指の筋力や巧緻性を必要としますが、台付き爪切りを使用すると腕や手首の力で爪を切ることが可能になります。

## ④ バネ箸

箸がうまく使えなくなってきたが、いきなりスプーンやフォークに移行するには抵抗がある方や骨折など、一時的な機能低下の場合などに使用する自助具。

箸同士が離れることがなく、ただ握るだけで箸先が閉じます。力を抜くと箸先が離れる。ただし、握力がとても弱いまたは、疲れやすい方はバネの強さがじゃまになる場合があります。

自助具には長所・短所があるため 実際試しに試してみて便利さを実感することが大切です。

短所を長所が上回ることが実感できたら、購入をご検討してみてください。

入手方法は近隣の福祉用具販売店やインターネット等で購入可能です。

上手に道具を活用して活動的な生活を送りましょう。

ご質問等ございましたらお気軽にリハビリテーション科までお問い合わせ下さい。

よろしくお願ひします♡



# CT画像で見えるもの

## CT検査の今と昔

平成29年 2月21日(火) 開催

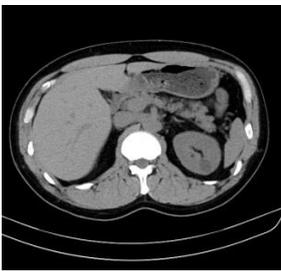
いきいき健康セミナー

放射線技師 廣瀬 雅彦

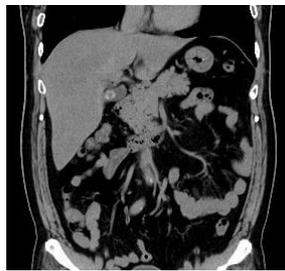
CT検査では人体を輪切りにした画像を撮影します  
通常は、この輪切りの画像をもとに、診断を行います

また、1mm以下の薄い画像データをつみ重ねて再計算することで、  
違う角度の画像(MPR画像)や、3D(3次元)画像を作ることができます

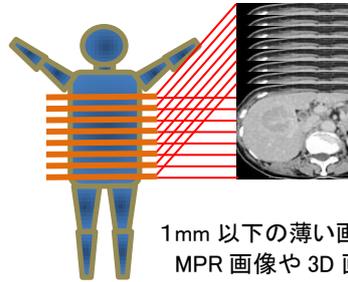
平成27年9月に  
CT装置が新しくなりました  
CT装置の進化が医療の発展に  
大きく貢献しています



輪切りの画像が基本



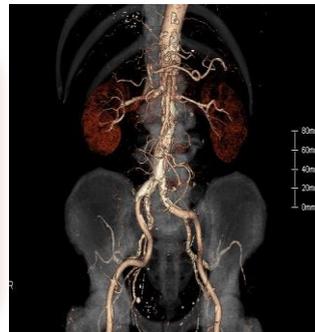
再計算して作った平面画像  
(MPR画像)



1mm以下の薄い画像をつみ重ねて、  
MPR画像や3D画像を作成します

血管の3D画像を作るには、腕の静脈から造影剤を注射して撮影を行います

血管などの形状を3次元で表現するボリュームレンダリング画像や、動脈硬化の様子などがよくわかるMIP画像など、多彩な表現方法が可能です



3D ボリュームレンダリング

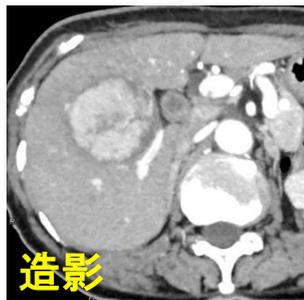


MIP 画像

造影剤を注射して撮影を行うと、単純CT検査では見えなかった病変が、明らかになることがあります



単純



造影

造影検査によって肝臓にできた腫瘍が染まってみている様子



単純



造影

造影検査をすることで大動脈が解離している様子がわかった症例

## 春に美味しい♪ 豚肉とポテトのごま塩炒め



材料(4人分)  
 豚肉スライス 240グラム  
 新じゃが芋 中2個  
 新玉ねぎ 1個半  
 ピーマン 3個  
 サラダ油 小さじ2  
 塩 小さじ5分の1  
 こしょう 少々  
 しょうゆ 小さじ1杯半  
 白ごま 小さじ1

### 1口メモ

新じゃが、新玉ねぎがおいしい季節です。  
 新じゃがは皮が薄く皮ごと食べられます。  
 新玉ねぎは柔らかく甘味があります。

### 調理のコツ

じゃが芋のかたさはお好みでどうぞ。  
 春キャベツを入れてもよいですね。

### 作り方

- 1 豚肉は一口大に切る。じゃが芋は薄切りにして水にさらす。玉ねぎは薄切り、ピーマンは細切りにする。
- 2 フライパンを熱してサラダ油を入れ、豚肉を炒める。
- 3 豚肉に火が通ったら、じゃが芋を入れる。
- 4 じゃが芋に火が通ったら玉ねぎ、ピーマンを入れて炒める。
- 5 塩・こしょう・しょうゆで味を整え、最後にごまを振り入れる。

### ※栄養価(1人分)

エネルギー164キロカロリー  
 たんぱく質14.5グラム、脂質5.0グラム  
 炭水化物15.6グラム、塩分0.7グラム

## いきいき健康セミナー

開催場所 当院2階 集団指導室  
 予約不要・参加費無料

第11回 「皆で学ぼう！ オムツの知恵」～オムツを快適につける方法～  
 平成29年 3月14日(火) 午後2時～午後3時

看護師

福井 八重子

### 初診の受付 月曜日～金曜日 午前8時45分～午前11時00分

診療科		月	火	水	木	金
内科		小野	白石	日浦	井坂	洲鎌
		沼口	山入	小松 (循環器含む)	呉家	宮野
循環器内科		小松	小松	小松 (内科初診2)		柴田
消化器内科		大庭	倉井	山口	青木	上田
小児科		平林	谷本	福島	平林	谷本
外科		貝崎	堀	高塚	堀	高塚
			塚本	貝崎		枝川/梅野
整形外科	午前	伊達	寺井	中村	榎原	坂和
		寺井				
産婦人科		田中	交代制	森下	中田	本久
泌尿器科		安達	河野	交代制	安達	安達
		西原	西原		河野	西原
眼科		森脇	森脇	交代制	砂田	森脇
		原田	鹿野			砂田
耳鼻咽喉科			箕輪	松本	森	
皮膚科		村上	前川		今西	

【外来診療担当表】初診のみ掲載しています。

### 編集

大阪市立十三市民病院  
 広報委員会

〒532-0034

大阪市淀川区野中北2-12-27

代表電話：06-6150-8000



<http://www.osakacity-hp.or.jp/juso/>