

## ACCESS



### 阪急電車

■京都線「桂駅」下車北へ徒歩15分、タクシーで約5分

### お車の方

■京都方面からは西大橋から信号4つ目左折50m左折  
■亀岡方面からは阪急のガードを越え、次の信号右折50m左折

### 京都市営バス

■73系統(京都駅～洛西バスターミナル)上桂前田町下車徒歩3分  
■70系統(太秦天神川駅前～JR桂川駅)上桂東ノ口下車徒歩5分  
■69系統(みぶ～桂駅東口)上桂西居町下車徒歩10分

### 京阪京都交通バス

■27・21系統(桂坂中央～京都駅前)上桂前田町下車徒歩3分  
亀岡・園部方面から27・21系統への乗り継ぎは、1・2系統国道  
中山(下車)乗り換え

### 無料送迎バス

■阪急桂駅西口より約20分間隔で運行中  
※開院日以外は運休しています。

### 【開院日】

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時	50	43
13時	10 30 50	03 23 43
14時	10 30 50	03 23 43
15時	10 30 50	03 23 43
16時		03 23 43



※予告なく変更・中止する場合がございます。  
※道路事情・その他諸事情により乗車場所が移動する場合がございます。  
※定員オーバー、交通事情により遅れる場合があります。ご了承ください。  
※開院日以外は運休しています。

## CONTENTS

### 巻頭特集

脊椎外来のご紹介

### TOPIC

遺伝診療科のご紹介

### CLOSE UP DOCTOR

産婦人科 遺伝診療科  
佐々木ドクター

### TOPIC

新任医師のご紹介

### 管理栄養士の季節のレシピ

秋鮭のムニエル〜きのこタルタルソース〜  
理学療法士が紹介! 健康ストレッチ 第7回  
筋トレ『スクワット』

# himawari

コミュニケーション誌『ひまわり』  
2020 autumn Vol. 62

京都府がん診療推進病院

# 三菱京都病院

MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

救急告示病院 人間ドック・健診施設機能評価認定施設  
日本医療機能評価機構認定病院 厚生労働省指定臨床研修病院

〒615-8087 京都市西京区桂御所町1番地  
TEL 075-381-2111 FAX 075-392-7952

<http://www.mitsubishi-hp.jp>

予約専用ダイヤル **075-381-7811**

セカンドオピニオンをご希望の方も予約専用ダイヤルにお電話ください。

がん相談窓口(患者支援センター)【(月～金)10:00～16:00】  
TEL:075-381-2111 FAX:075-392-7952



三菱京都病院  
MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

# 脊椎外来のご紹介

整形外科 副部長  
**秋山 典宏**  
(あきやま のりひろ)

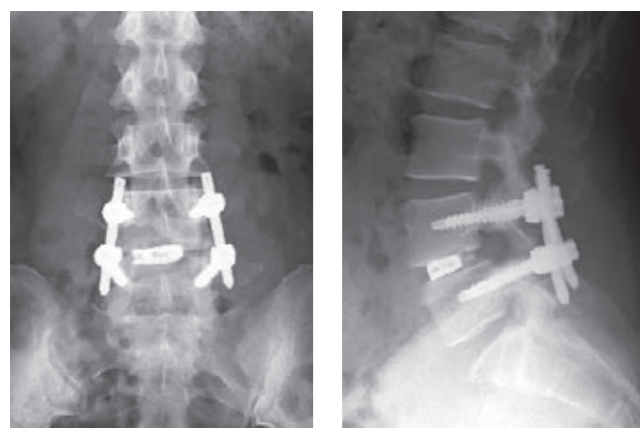


首、背中、腰の痛みや、手足のしびれ、痛み、脱力、歩行障害などの背骨の異常からおこる疾患を、脊椎外来にて診断、治療しています。2年ほど前から脊椎外来を始めていますが、他院から紹介される患者さんも、手術症例も増えてきています。整形外科脊椎外来では、こういった疾患をどのように治療しているかを紹介します。



## 脊椎変性疾患

椎間板の変性、脊椎骨、関節の変形、靭帯の肥厚によって、脊髄や馬尾神経、神経根といった脊椎内の神経圧迫、症状が出現するものです。頸椎症性脊髄症、頸椎症性神経根症、腰部脊柱管狭窄症、腰椎椎間板症、腰椎椎間板ヘルニアなどがあります。初期には疼痛軽減目的の投薬治療をおこないますが、多くは加齢変化によるもの



腰椎後方椎体間固定術

なので自然治癒する見込みは少なく、将来的に手術治療になる可能性が高くなります。

## 難病※1

脊柱管内の靭帯が骨化して神経障害をおこす指定難病※2があります。後縦靭帯骨化症や黄色靭帯骨化症という病気です。遺伝性や糖尿病との関連があります。頸椎、胸椎におこることが多く、骨化した靭帯が脊髄を圧迫すると手足に痛み、しびれ、感覚障害、運動障害、排尿障害等をおこすことがあります。症状はゆっくり進行するのが普通ですが、神経障害がある程度以上進行すると手術が必要になります。



後縦靭帯骨化症

※1:発病の原因がめいかくでないために治療方法が確立しておらず長期の療養を必要とする疾患  
※2:厚生労働省が認定している難病

## 転移性脊椎腫瘍

京都府がん診療推進病院である当院では、がん治療が積極的におこなわれています。がん細胞が脊椎に転移して進行すると、神経障害や脊椎骨折をおこし、著しい日常生活動作の低下につながることがあります。そういう場合は神経除圧術や脊椎固定術をおこない、早急に元の生活動作に戻してから放射線治療、化学療法等のがん治療をおこないます。

脊椎手術件数	2018年度	2019年度
頸椎	13	18
胸腰椎	90	117
(合計)	103	135

## 脊椎骨粗鬆症

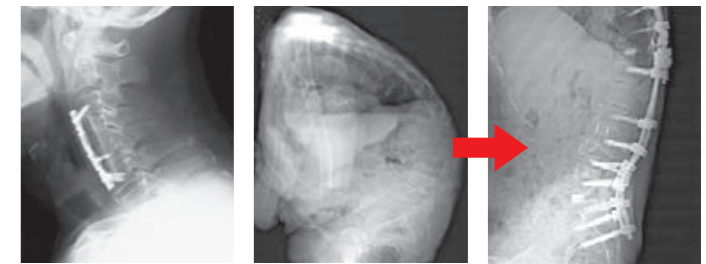
世界一の高齢化大国である日本では国民の約10%が骨粗鬆症に罹患し、骨脆弱性にもなう脊椎(椎体)骨折が多く認められます。安静、コルセットによる保存治療をおこなうことが主ですが、骨折が治らず痛みが持続する場合や神経障害をおこす場合は手術的な治療が必要となります。自然に治っても手術で治っても、骨粗鬆症により脆くなった骨がそのまま放置されると更に別の椎体に骨折をおこし易くなります。その予防のためには骨粗鬆症治療薬の継続が欠かせません。当院整形外科では、骨粗鬆症の検査、投薬治療も積極的におこなっています。投薬継続、脆弱性骨折予防のための地域的な取り組みも今後の課題です。

## 成人脊柱変形

加齢変形、脊椎変性疾患による変形、脊椎骨折の変形治療(外傷性、骨粗鬆症性)、若年期の脊椎側弯症の進行などにより脊椎が前後左右に曲がってくると、姿勢が悪くなり、立つ、歩くことに支障が生じます。普通に前を向いて歩けない程の変形まで進行することもあります。このような場合、手術の低侵襲化が進んでいる昨今では、脊椎の矯正固定術も広くおこなわれるようになってきました。とはいっても大きな手術になりますので、当院では2期的手術(1週間程間隔を開けて2度手術)をおこなっています。

脊椎(頸椎、胸椎、腰椎、仙椎)は、脊髄、馬尾神経、神経根といった神経組織を含みます。上記のような脊椎の異常で起こる神経障害は、長期間放置すると2度と元に戻らないこともあります。首、背中、腰の痛みや、手足のしびれ、痛み、脱力、歩行障害などを自覚すれば早めに外来受診し、検査、診断をおこない、適切な治療方針を決めることが必要です。

的確な診断をおこなうことは言うまでもありませんが、適切な治療方針の決定は困難なことがあります。脊椎疾患は脊椎専門医の診断、治療を受けることをお勧めします。

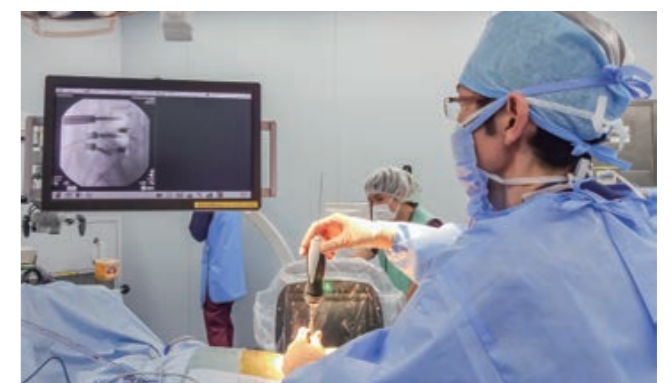


頸椎前方固定術

胸腰椎矯正固定術

## 脊椎外来

当院の脊椎外来は週2回(月曜日、水曜日)開設しています。完全予約制で紹介患者さんだけでなく、電話予約も受け付けています。症状問診、身体所見、検査(X線、MRI、CT等)をおこない、患者さんの生活背景を考慮した上で治療方針を決定していきます。保存治療の場合は、投薬、コルセット、ブロック注射が主になりますが、手術治療となると術式の選択が必要です。手術治療は主に、神経の圧迫を解放する除圧術と、脊椎が不安定な場合や矯正が必要な場合の固定術があります。除圧術は、骨を削り、肥厚した靭帯を切除して神経の除圧をおこなう手術法です。固定術は、神経除圧をおこなった後、金属製のスクリューやロッド、人工骨を用いて脊椎を固定する手術法です。これら金属の材質も改良され、治癒までの期間が短縮しています。手術法の選択は、疾患の種類、部位、程度によって、さらには患者さん個人の状態によっても変わり、正しく選択されないとよくならない可能性がある難しい領域です。術後のリハビリテーション、退院後の守るべき生活動作も指導しています。首、腰に不安があれば、是非脊椎外来を受診してください。



# 遺伝診療科のご紹介

産婦人科 遺伝診療科 部長  
佐々木聖子  
(ささき しょうこ)



## はじめに

遺伝診療科は診療科の垣根を超えて臨床遺伝の問題を取り扱う新しい診療科です。

以前はごく限られた場合にしか医療の現場で取り扱うことがなかった遺伝情報が日常診療に利用される時代になってきました。報道などで出生前診断、遺伝性腫瘍、がんゲノム医療などという言葉が耳にされたことがあるかもしれません。ヒトの遺伝情報が約60億文字で書かれているDNAは個人個人で約1000文字に1文字くらい異なると言われていて、つまり全員が何らかの遺伝子の変化を持っていて、それによって異なる体質を持っているとも言えます。それぞれの人の体質に基づいた医療を取り扱うのが私たちの仕事です。

もともと産婦人科では2016年から出生前診断の検査のまえに出生前遺伝カウンセリングを遺伝相談外来としておこなってきましたが、乳腺外科で遺伝性腫瘍の一つである遺伝性乳がん卵巣がん症候群(HBOC)<sup>※1</sup>の原因となるBRCA1/2遺伝子の検査が導入されることになり、業務の範囲がひろがったことをきっかけに2019年2月より独立した診療科となりました。

当院では乳腺外科医師、産婦人科医師、腫瘍内科医師、小児科医師、がん化学療法認定看護師などさまざまなバックグラウンドをもちつつ、協力して臨床遺伝に取り組んでいます。月に1回京大病院より指導医を迎えて合同カンファレンスをおこない、症例検討や診療上の諸問題を話し合い情報共有に努めています。また、当院は臨床遺伝専門医認定研修施設であり、非常勤の臨床遺伝指導医と常勤の臨床遺伝専門医の指導の下で現在院内3名、院外1名の医師が研修をおこなっています。

## 遺伝カウンセリングとは

遺伝診療科でもっとも大切な業務である遺伝カウンセリングは「疾患の遺伝学的関与について、その医学的影響、心理学的影響および家族への影響を人々が理解し、それに適応していくことを助けるプロセス」と位置づけられています。遺伝子カウンセリングには「情報提供」と「心理社会的支援」の2つの要素が必要になります。一方的な医学的情報の提供ではなく、患者さんが自律的な選択ができるよう非指示的な態度で意思決定を助けるプロセスとなっています。



## 周産期遺伝カウンセリング

周産期遺伝カウンセリングはいわゆる高年妊娠や習慣流産、超音波検査での胎児の形態異常、不妊症、着床前診断に関わるものなど多くがその対象に含まれますが、なかでも出生前診断(出生前遺伝学的検査)は妊婦さんの安全な妊娠・分娩を目的として適切な妊娠管理をおこないながら、児の疾患の早期診断・治療や適切な分娩形式の



選択や適切な養育環境を整えるためにおこなわれるものです。しかし早い週数でおこなわれる出生前診断では、ご夫婦の生活設計によっては人工妊娠中絶術の選択につながる可能性があり、倫理的にも重要な問題を含んでいます。

当院では出生前診断の検査として非確定的検査は母体血清マーカー検査(クアトロ検査)とNIPT(無侵襲的出生前遺伝学的検査)を、確定的検査は羊水染色体検査を取り扱っています。赤ちゃんにとってのご両親であるご夫婦双方の十分な理解と自律的な意思決定が重要ですので、検査に先だって原則ご夫婦で来院して出生前遺伝カウンセリングを受けていただきます。



## 遺伝性腫瘍

多くの遺伝性腫瘍に関わる遺伝子の検査があるなかで、前述したHBOCであるかどうかを調べるBRCA1/2遺伝子の検査前の遺伝カウンセリングをもっとも多くおこなっています。

BRCA1/2遺伝子の検査をおこなって陽性の結果(遺伝子に原因となる変化があること)が出た場合、血縁者

はHBOCである可能性があります。遺伝カウンセリングでは家系図を作成し、血縁者に影響があるかもしれない検査であることを十分理解していただいたうえで、患者さん自らの意思で検査を受けるか受けないかを選択できるよう支援しています。

## 費用について

遺伝子の検査は以前はすべてが自費検査でしたが、近年保険診療が認められるものが出てきました。BRCA1/2遺伝子の検査は一定の条件下で保険診療が認められています。<sup>※2</sup>

これまでは自費診療であったHBOCの方々の経過観察のための通院や検査、さらには一部臓器の予防摘除が保険診療で認められるようになった背景としてはHBOCはがんが見つかったから治療するのではなく、もはや体質のひとつと考えて、体質をよく理解して積極的にがんの早期発見につなげて治す、という方針に切り替わったと考えることができます。

遺伝診療科では、そのほか遺伝全般のご心配についても可能な限りご相談に応じています。費用は状況により自費の場合や健康保険が使える場合があります。お気軽にお問い合わせください。

### ※1 HBOCとは

BRCA1あるいはBRCA2遺伝子に変化を持つことで乳がん、卵巣がん、膵がん、前立腺がんなどさまざまながんが発症しやすくなる体質です。血縁者の中でがんを発症される方が多くみられたり、比較的若い年齢でがんを発症することが特徴です。がんを発症していない人も含めて200~500人に一人くらいの頻度であるとされており、日本人乳がん患者の約10%、卵巣がん患者の約15%がHBOCと推定されています。HBOCは常染色体優性遺伝の形式をとるため、変化のあるBRCA1あるいはBRCA2遺伝子を両親のどちらかから受け継ぎ、子供には1/2の確率で伝わる可能性があります。

### ※2 BRCA1/2遺伝子検査の保険診療の条件

- ① 45歳以下で乳がんを発症した方
- ② 60歳以下でトリプルネガティブ乳がんと診断された方
- ③ 2個以上の原発性乳がんを発症している方
- ④ 第3度近親者(いとこや曾祖父母などが相当します)内に乳がんまたは卵巣がんを発症した方がおり、家族歴からHBOCが疑われる方
- ⑤ 男性乳がんの方
- ⑥ 卵巣がん、卵管がんおよび腹膜がんの方

# CLOSE UP DOCTOR

## ドクターにインタビュー!!



普段の診察室とは違う医師の一面をご紹介しますコーナー。  
今回は、産婦人科の佐々木ドクターを紹介いたします。

### 休日はなにをして過ごしていますか？

旅行ですね。最近は新型コロナウイルス拡大のため、行ってませんが、最後に行ったのは台湾ひとり旅です。  
飛行機のチケットとホテルだけ予約して、屋台で食べたり、ぶらぶら観光したり…ですね。

### 特に印象に残っている国はどこですか？

エジプトが一番楽しかったですね。それもツアーですが、ひとり旅です。

### エジプトはどこがおすすめですか？

ピラミッドとか、王家の墓とか、博物館とか全てがとてもおすすめです。  
ピラミッドはすごく狭いところを中まで進み、棺のところまで行きました。坂道を登ったりけっこう大変でしたので、これ以上

歳を取ると到達できなかったかもしれませんね。でもとっても楽しかったです。また行きたいですね。

### 医師を目指したきっかけは何ですか？

安定した仕事に就きたいというのはもちろんですが、やっぱり目の前にいる人の役に立ちたいな…という思いもありました。  
18歳の進学時に一度めざしたのですが、その時はあきらめてしまいました。でも、子どもを生んでからもう一度、昔の気持ちを思い出してやってみようと思って…。家族の協力もあって合格できました。

### マイブームはありますか？

ビールのホームサーバーですね。家に帰ってそれを一番に飲むのが楽しみです。泡がちがうのでやっぱり美味しく感じますね。料理も好きなので、どうしても食べたくなくて夜中に唐揚げを作ったりもしますよ。

### PROFILE

**佐々木 聖子 (ささき しょうこ)**

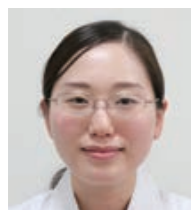
生年月日：1967年12月24日  
出身：京都  
血液型：A型  
経歴：高知医科大学 卒業  
役職：産婦人科 遺伝診療科 部長  
資格：日本産婦人科学会 産婦人科専門医、  
母体保護法指定医、  
日本人類遺伝学会 臨床遺伝専門医

### 読者の皆さまへ

産婦人科に関してはこれからも皆さまに今まで以上の信頼をいただけるようにがんばりたいと思います。  
遺伝子診療科に関してはまだまだ始まったばかりの科で、業務もこれから広がっていくかと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

## 新任医師のご紹介

産婦人科 医師



**村山 有美 (むらやま ゆうみ)**

専門・得意分野  
漢方、婦人科・産科一般

資格

日本産婦人科学会 産婦人科専門医

平成26年に滋賀医科大学を卒業後、初期研修を含め4年間、同大学附属病院で勤務いたしました。その後公立甲賀病院での2年間の勤務を経て6月より三菱京都病院に着任いたしました。産科・婦人科問わず関わらせていただく女性の皆さんに満足できる医療を提供できるよう真摯に診療に携わらせていただきます。

## 管理栄養士の季節のレシピ

健康なからだの基本は毎日の食事です。  
季節の食材を使い美味しいメニューをご紹介します。

### 秋鮭のムニエル ~きのこタルタルソース~



#### 作り方

- ①玉ねぎをみじん切り、舞茸としめじは粗みじん切りにする。耐熱皿に入れラップをかけて電子レンジ600Wで約2分加熱、水分が出るので水気をとる。赤ピーマンはみじん切りにして水気をとる。
- ②ゆで卵をフォークで細かくつぶして①と調味料Aを入れ、混ぜ合わせればソースの完成。
- ③鮭に塩で下味を付けて薄力粉を鮭全体にかける。熱したフライパンにオリーブ油をひいて両面を焼く。
- ④焼き上がった鮭を皿に盛り、ソースをかければ出来上がり。

#### 栄養価(1人分)

エネルギー	372kcal	炭水化物	9.8g
タンパク質	23.0g	塩分	1.3g
脂質	26.5g		

#### 材料(2人分)

鮭切り身	2切れ(160g)	舞茸	25g	玉ねぎ	1/4個(50g)	A	マヨネーズ	大さじ4
塩	少々(0.6g)	しめじ	25g	ゆで卵	1個		レモン汁	大さじ1/2
薄力粉	大さじ1	赤ピーマン	1/4個(30g)				塩	少々(0.6g)
オリーブ油	小さじ1						胡椒	適量

理学療法士が紹介！ 自宅で簡単にできるストレッチ・筋トレを理学療法士がご紹介するコーナーです。  
骨・関節を鍛えて寝たきりにならないため筋肉を鍛え、健康寿命を延ばしましょう。

## 健康ストレッチ

第7回 筋トレ「スクワット」



### 今回は、筋トレ「スクワット」をご紹介します!

- ①肩幅より少し広く足を広げ、つま先を15度外側に開く。
- ②おしりをゆっくり下ろすようスクワットする。(しんどくない高さ)
- ③8回1セットでおこなう。



#### POINT

- ①スクワットする時にひざからつま先がでないようにする。
- ②背中を曲げない。
- ③椅子を置いてスクワットすると転倒防止になります。

