

三菱京都病院 医療法人化のお知らせ

この度、三菱京都病院は12/1から 医療法人社団志高会 三菱京都病院として事業を運営することになりました。

これまでと変わらず、地域医療の一層の充実・進展に努めてまいり所存でございます。

診療につきましては、従来通り変更はございません。

医療法人社団志高会 三菱京都病院

病院長 尾池 文隆



公開講座「いきいき健康教室」動画配信中

リンクまたは二次元コード読み取りで
ご覧いただけます。

https://www.youtube.com/playlist?list=PLPrr2_-Zvoj2ZZaPYK1RTEWfrrhg-AD4Ya



医療法人社団志高会

三菱京都病院

MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

京都府がん診療推進病院

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

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

<https://mitsubishi-hp.jp>



ACCESS



阪急電車

■京都市営バス「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

■23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~小畑川公園北口)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。

himawari

三菱京都病院 79
2025 winter Vol.

CONTENTS

TOPICS

当院の無痛分娩について

人間ドックのここが知りたい
専門医がすべて答えます

TOPICS

オープンホスピタルを開催しました

2024年三菱京都病院 地域連携の会を
開催しました

知ってなるほど!!

診療技術部の裏話 第1回

臨床検査の『はてな???』

~細菌検査に時間がかかるのはなぜ?~

理学療法士が紹介!

健康ストレッチ 第24回

『冬にも運動することのメリット』

特集 ひまわり編集部が聞く!

無痛分娩 はじめました!



無痛分娩はじめました！



麻酔科
池垣 緑
(いけがき みどり)

産婦人科
中妻 杏子
(なかつま きょうこ)

助産師
長野 綾華
(ながの あやか)

2024年7月より無痛分娩を開始いたしました。当院の無痛分娩の特徴について編集部がきいてみました！

無痛分娩とはどのような分娩ですか？

中妻Dr:陣痛の痛みをとる分娩方法です。方法は施設によってさまざまですが、点滴で痛みを止める方法があれば、世界で共通して多いのは硬膜外麻酔を使用し、分娩をおこなう方法です。

当院でも硬膜外麻酔で痛みをとる無痛分娩をおこなっています。まったく痛みが無いわけではなく、やわらぐので進み具合を感じながらお産ができます。



硬膜外麻酔とはどのような麻酔ですか？

池垣Dr:お産の痛みを伝える神経は、背骨の中にあります。そこで、背骨の部分にある「硬膜外腔」という

ところにチューブを入れ、管から薬剤を注入して痛みをとる方法です。

子宮や産道からの痛みを脊髄で遮断するため、痛みを効果的にやわらげ、お母さんの意識も保たれ、赤ちゃんへの影響もほとんどありません。

無痛分娩をおこなうメリットは何ですか？

長野助産師:痛みが少ないからこそリラックスして過ごすことができます。また、痛みが和らぐ分、産後の育児のための体力を温存することもできます。

中妻Dr:妊娠中から陣痛の痛みを不安に感じる方もいらっしゃいます。そんな心の負担を無くし、軽くすることもできます。無痛分娩を選ぶことで妊婦生活の気持ちを楽に送っていただくこともできます。もちろん、合併症があったり、心臓に負担をかけられない方や精神的にパニックになりやすい方、体力があまりないという方には良いと思います。

デメリットはありますか？

中妻Dr:お産の時間が長くなってしまうことが知られています。特にいきむ時間が長くなると言われていて、

赤ちゃんが降りてこられずに吸引分娩や鉗子分娩になることがあると言われています。

池垣Dr:麻酔薬の影響ですこし、いきむ力が弱まってしまうので、分娩時間が伸びるということが起こることもあります。

当院では、硬膜外麻酔を麻酔科専門医がおこなうことが特徴です。普段から術後の痛み止めとして硬膜外麻酔を扱い慣れている麻酔科専門医がおこないますので、より安心していただけたと思います。



中妻Dr:麻酔科の専門医と無痛分娩をおこなうことは、何か起こったときに連携して対応できますので安心ですし、なによりやっぱりチューブを入れるのが上手い！チューブが上手く入れられないと麻酔の効き目が悪かったり、途中で抜けたりとトラブルにつながります。その点、麻酔科の専門医は慣れていましてのお上手です。「麻酔の質の担保」ができるのです。

無痛分娩の安全に

心がけていることはありますか？

長野助産師:助産師はお母さんのそばにすることが一番多いと思うので、医師と決めたしっかりとマニュアルに従って、合併症や副作用の症状、



血圧、麻酔の効き具合なども適宜観察していきます。

また、医師と助産師が勉強会やシミュレーションを開催して、情報・知識の共有をおこなっています。

中妻Dr:日本全国、無痛分娩は広がってきているのですが、当院ではガイドラインをしっかり守るということを心がけています。また、実績の高い他の医療機関と連携を取りながら、情報を共有しリスクに対しても対応できるようにマニュアル化もしています。

当院は総合病院ですので、何かトラブルが起こったときにも他科と連携を取り対応できますので、そういう部分でも安心だと思います。

どのような分娩を選ぶかということは、患者さんの権利だと思います。お産の一つの選択肢として当院でも無痛分娩が選べるようになりましたので、分娩の痛みなどがご不安の方がいらっしゃいましたら、是非お気軽にご相談ください。

余談ですが...

私たちも当院で無痛分娩予定です!!



わたしも妊娠中なんです。中妻先生より後にはなりますが、当院で無痛分娩ができればいいな...と思っています!

実は、わたしも現在妊娠中なんです。当院で無痛分娩をする予定なんです!



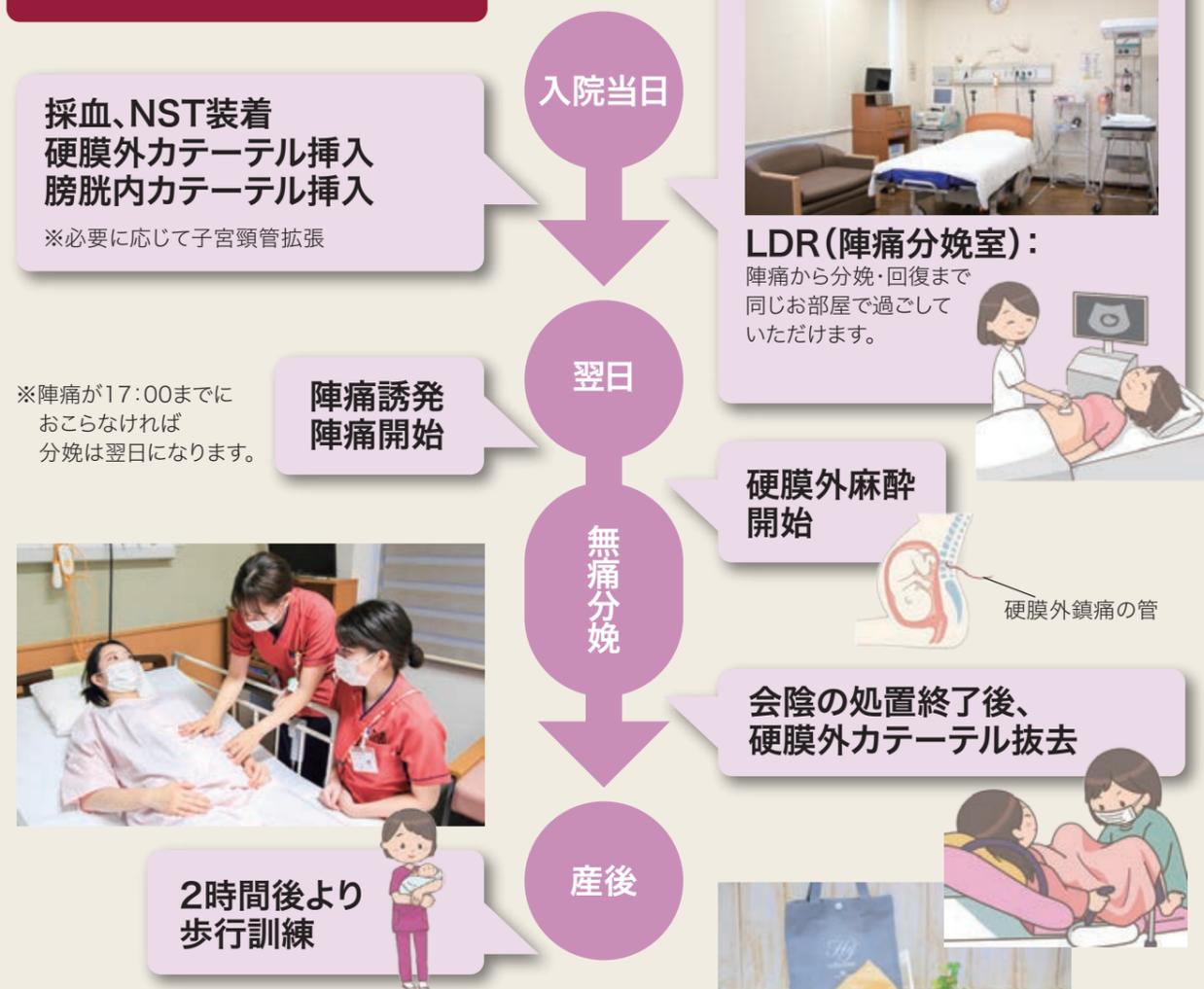
どちらも、わたしたちがサポートします! 任せてください!!



当院の無痛分娩について

妊娠したその日から産後まで、当院では設備や体制をととのえサポートいたします。

分娩スケジュール



適応の基準

- 本人が無痛分娩を希望しておられ、ご家族の同意が得られていること
- 1回以上の経膈分娩の経験があること
- 分娩する時点で、妊娠37週を超えており、赤ちゃんの大きさに異常がないこと
- 下記の除外基準に該当しないこと
 - ・子宮手術の既往(子宮筋腫核出術、帝王切開術など)
 - ・多胎
 - ・胎児骨盤位
 - ・重症妊娠高血圧症候群
 - ・局所麻酔薬アレルギー
 - ・肥満(妊娠37週の時点でBMIが30以上)
 - ・血液疾患、脊椎疾患などの理由から硬膜外麻酔をおこなえないと判断される
 - ・分娩時の発熱



LDR(陣痛分娩室):

陣痛から分娩・回復まで
同じお部屋で過ごして
いただけます。



硬膜外麻酔 開始



硬膜外鎮痛の管

会陰の処置終了後、 硬膜外カテーテル抜去



人間ドックのここが知りたい

専門医がすべて答えます



Q 人間ドックって
A 受けた方が良いのですか?

受けた方が良いです!人間ドックの目的は大きく3つあります。1つめは症状のない早期のがんを発見すること。2つめは症状のない生活習慣病を発見すること。3つめは(これが一番大事なことですが)自分の健康に自信をもって生活できることです。

Q 人間ドックではどれくらい
A がんが見つかりますか?

当センターで過去5年間に発見されたがんは、胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮がん・前立腺がん・膀胱がん・腎臓がん・尿管がんなどです。毎年5名前後の早期がんを発見しています。早期がんの発見率は0.2%くらいです。この5人は確実に人間ドックで命が助かったといえるのではないのでしょうか。

Q 生活習慣病はどれくらい
A 見つかっていますか?

生活習慣病とは、高血圧・糖尿病・脂質異常症・メタボリックシンドローム・脂肪肝など生活習慣が強く関連する病気です。これらはいずれも初期には症状はありませんが、放置しているとある日突然、脳卒中や心筋梗塞を起こして大変なことになってしまいます。当センターでは毎年10人以上新たな生活習慣病が見つかって治療を始めてもらっています。

Q 人間ドックは毎年受けた方が
A 良いのでしょうか?

皆さん、ご自分の車は定期点検を必ず受けますよね。人間の身体も何十年も使っているとつか不具合がでてくるのが当たり前です。年に一度の身体の定期点検を人間ドックでおこない、安心して健康に自信をもって生活を送ることができるのは、すごく大切なことだと思います。

Q 人間ドックと健康診断では、
A 何がちがうのですか?

一般の健康診断に比べて人間ドックではより詳細で、精密な検査がおこなわれます。例えば、内視鏡検査や超音波検査、オプション検査ではMRI、CTスキャンなどが含まれており、血液検査や尿検査もより詳細な項目が追加されています。これらの検査により、がんや生活習慣病の早期発見が可能です。また人間ドックでは、医師や専門スタッフから生活改善や運動、食事の指導を受けることができます。このような指導を受けることで、病気のリスクを抑えるだけでなく、日常生活の質を高めることにもつながります。

Q 人間ドックは、何歳から、
A どれくらいの間隔で
受けた方がよいですか?

基本は40歳からが目安です。それより若くても受けることは問題ありません。ただし女性の乳がん・子宮がん検診は20歳後半から始めた方がよいでしょう。人間ドックは年に1回を目安にうけましょう。

Q 人間ドックは、どこの施設で
A 受けるのがよいですか?

おすすめは人間ドック学会の認定施設です。京都府では14施設のみが人間ドック・予防医療学会の認定施設で、当センターもその一つです。



第4回オープンホスピタルを開催しました

医療の知識や、当院を広く知ってもらうため11月9日(土)に「第4回オープンホスピタル」を開催いたしました。当日は、天候にも恵まれ、秋晴れの中730名を超えるたくさんの方々に参加いただきました。

当院医師による「公開講座」、血糖値測定・mini 人間ドックなどの「測定コーナー」、超音波メス・カテーテルなどの「医療体験コーナー」、妊婦体験などの「女性医療と育児のコーナー」とさまざまなイベントがおこなわれました。今後も医療についての情報を提供し、地域医療の貢献に取り組んでいきたいと思っております。



2024年三菱京都病院 地域連携の会を開催しました

10月19日(土)京都ブライトンホテルにて2024年三菱京都病院 地域連携の会を開催いたしました。

当院と連携している病院や診療所の先生、他職種の方々、当院職員の約182名の方にご参加いただきました。

当院の医師による診療科紹介や特別講演として、京都大学医学部付属病院 消化管外科 教授 小濱 和貴先生にもご講演いただきました。懇親会での情報交換も活発におこなうことができ、今後のさらなる連携強化につながる機会となりました。



知ってるほど!! 診療技術部の裏話

第1回

臨床検査の『はてな???』～細菌検査に時間がかかるのはなぜ?～

細菌検査の使命は、犯人(原因菌)の逮捕(特定)です。そのために、地道な裏付け捜査が...

裏付け捜査の流れ



細菌検査は患者さんのため、犯人逮捕にむけて日々検査します!!

第24回 理学療法士が紹介!

健康ストレッチ



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。

理学療法士 山本 真輝 (やまもと まさき)

今回は『冬にも運動することのメリット』についてお話しします!

冬は外に出るのが寒くてつい家の中にもりがちとなり、運動不足に陥りやすいですが、実は冬に運動をすることで身体にいいことがたくさんあります。その理由の一つとして、冬は体温を維持するためにエネルギーを消費します。そのため、基礎代謝は一般的に夏よりも高いとされています。

運動時の注意点

冬は寒暖差で血圧が変動しやすい季節のため 高血圧の方は注意が必要!

- ・運動前に準備体操をおこなう
- ・しっかり着込んで寒くない格好で外出する
- ・肌の露出もなるべく少なく(手袋・マフラーなどを着用)
- ・マスクを着用することで冷気を直接吸い込まず、身体を冷やしにくくする



どんな運動すれば良いの?

会話をしながら少し息がはずむ程度の散歩 (可能なら少し早足で)

持病のある方や高齢な方は無理なく、安全におこなえる範囲で継続的に運動しましょう!

ダイエット目的の場合

20分以上連続で運動することで効果が高まります。寒いと暖かいときに比べてカロリーをより消費するので効果的です!

