

社会医療法人祐生会 茨木みどりヶ丘病院 広報誌

まごころ茨木

ご自由にお持ち帰りください

2025
6
TAKE
FREE
Vol.8

特集

泌尿器科



まごころ茨木

June Vol.8

まごころちゃん



特集

泌尿器科

【泌尿器科】と耳にすると、あなたはどんなイメージを持ちますか？「なんとなく恥ずかしくて人には相談しづらい…」「歳を取っているから仕方ないのかも…」そんなお悩みを抱えている方も多いのではないのでしょうか。しかし、放っておくとQOL(生活の質)を著しく下げただけでなく、深刻な病気が隠れているかもしれません。

「恥ずかしい」「仕方ない」と諦める前に、まずは健康のバロメーターとも呼ばれる「尿」について知ることから始めてみませんか？「もしかしたら」と思い当たることがあれば、すぐに医療機関を受診しましょう！

今号では、「尿」の基本に関するお話と、常勤医が着任しパワーアップした当院の泌尿器科の取り組みをご紹介します。

コン太



ほづみさん

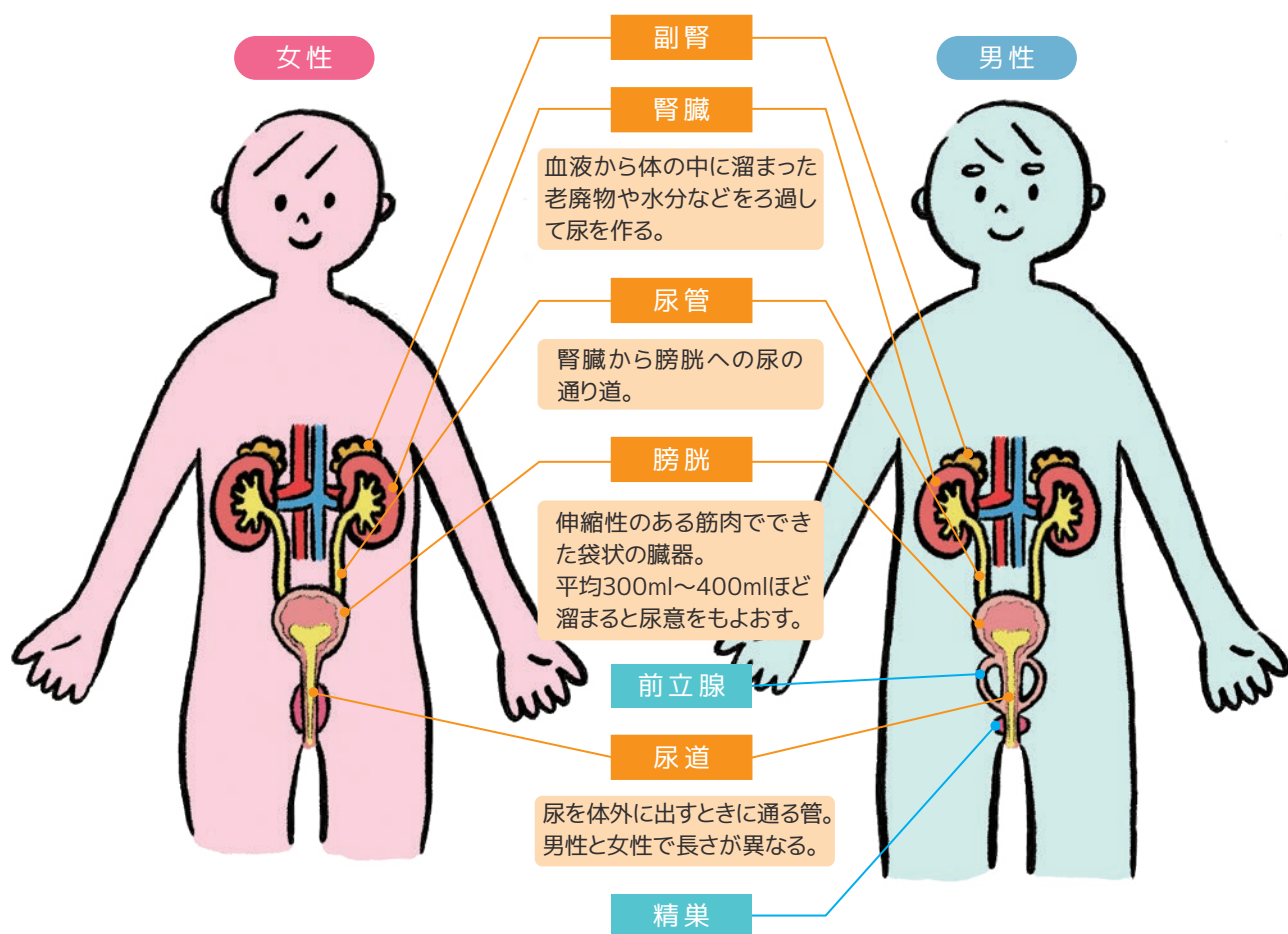


目次

特集 泌尿器科	1
Let's Try! リハビリテーション ～排尿トラブル改善体操～	6
Pick Up! From 地域支援課	7
バス時刻表	9
新任先生のご紹介	
診療所紹介 【なかクリニック】	10

排尿のしくみ

尿路とは、尿が体内で作られてから体外に排泄されるまでの通りのことです。
主に、腎臓、尿管、膀胱、尿道がそれにあたる臓器です。



尿のキホンの数字 ※すべて個人差があります

成人の一日の排尿量は
約1~1.5L



一日の排尿回数は
4~7回程度



一回の排尿量は
200~400ml



尿からわかる！健康チェック

✓ 排尿量が 極端に多い(多尿)

腎臓病(腎不全)が原因で、腎臓の機能が低下している可能性があります。

その他、糖尿病、心因性多尿、ミネラルの異常(高カルシウム血症、低カリウム血症)、水分過剰摂取や、アルコールの摂取などが原因の場合もあります。

✓ トイレに行く 頻度が高い(頻尿)

膀胱炎などによる膀胱粘膜への刺激、過活動膀胱、膀胱容量の低下が考えられます。夜間頻尿の原因として多いのは、眠りが浅い睡眠障害、夜間の尿量を減らす抗利尿ホルモンの分泌不足などの可能性があります。

✓ 排尿量が極端に 少ない、全く出ない

腎臓病(腎不全)・心臓病(心不全)・脱水(水分摂取不足)など腎臓の機能障害、あるいは腎臓で正常に作られた尿が膀胱まで運ばれ溜まってはいるが、うまく排尿できない前立腺肥大症や尿道結石、または膀胱の収縮が不十分で尿が出ない神経因性膀胱が考えられます。

✓ 尿の臭いがきつい、 甘ったるい臭いがする

- 尿が細菌に感染している(尿路感染:膀胱炎など)
 - 尿にがん細胞が含まれている(尿路上皮がん:膀胱がんなど)
 - 尿に糖が混じっている(糖尿病など)
- の3つが原因に挙げられます。

✓ 色が濃い

脱水状態を起こしている場合、あるいは膀胱炎などの尿路感染や膀胱がんなどにより、尿に血が混じっている可能性があります。尿の色が気になった時は、泌尿器科を受診して原因を調べましょう。

✓ 色が薄い、無色

水分をたくさん摂りすぎたときなどに起こりますが、糖尿病や腎臓病が原因で尿の量が異常に多くなると、色が薄まって無色になることがあります。無色透明の尿が何日も続くようなら、一度内科などで相談しましょう。

✓ 白く濁っている

- 尿が白く濁る主な原因は、
- 尿に含まれている塩類の結晶化(尿管結石、膀胱結石など)
 - 尿路が細菌に感染している(膀胱炎・尿道炎、性感染症など)
 - 血尿(膀胱がん、前立腺がんなど)
- の3つに分かれます。

✓ 血が混じっている (血尿)

前立腺肥大症やがん(膀胱がん、前立腺がん、尿管がんなど)、尿路結石(尿管結石、膀胱結石など)、尿路感染(膀胱炎など)、腎臓の内科的な病気など様々な原因が挙げられます。

✓ 尿が泡立つ

実際はあまり異常がないことが多いですが、主な原因として

- 尿蛋白が多い(腎臓病など)
 - 尿が濃い(脱水、血尿など)
 - 尿路感染症(膀胱炎など)
 - 尿に糖が含まれる(糖尿病など)
- などの可能性があります。

茨木みどりヶ丘病院 泌尿器科で行える診療

主な対象疾患

前立腺がん、膀胱がん、腎臓がん、
尿路結石症、腎盂腎炎、膀胱炎、
前立腺炎、前立腺肥大症、尿失禁、
過活動膀胱

前立腺肥大症に対する 革新的な低侵襲治療

当院では、最新の医療技術を用いて、前立腺肥大症に苦しむ患者さんに最適な治療法を提供しています。

経尿道的な前立腺吊り上げ術や前立腺水蒸気治療などの革新的な低侵襲治療により、手術に伴うリスクや回復期間を最小限に抑えながら、患者さんの生活の質を向上させるお手伝いをしています。もちろん従来の前立腺肥大症手術（経尿道的な前立腺切除術など）も施術可能です。

経尿道的な前立腺 吊り上げ術（ウロリフト）

尿道から内視鏡を挿入し、前立腺部尿道をインプラントで拳上・拡張し尿路の圧迫を軽減します。手術後の痛みや回復期間が短く、早急に日常生活へ戻ることができます。

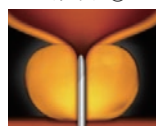
経尿道的な前立腺吊り上げ術（ウロリフト）



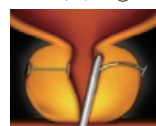
BEFORE



ステップ①



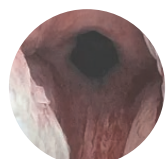
ステップ②



ステップ③



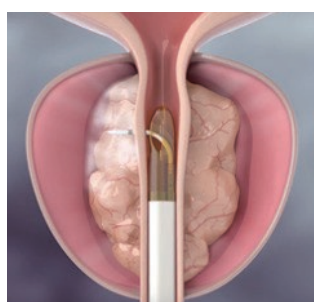
手術時間：30分程度 入院：3日程度



AFTER

前立腺水蒸気治療 （WAVE）

前立腺部尿道内に103℃の水蒸気を注入して前立腺の一部を変性させ、組織を収縮させることで尿道の圧迫を軽減します。この低侵襲治療は、患者さんにとって安全で効果的かつ手術後の不快感が少なく、通常の生活に早く戻ることができます。



Lumenis Pulse™ 30H



泌尿器科領域における レーザー治療

泌尿器科領域では特に前立腺肥大症や尿路結石症等の良性疾患の内視鏡手術でレーザー治療が用いられ、当院では尿路結石症内視鏡手術で積極的に活用しています。手術方法は経尿道的に内視鏡を挿入し、目的の腎ないし尿管の結石をレーザーで破碎、回収する方法（経尿道的な尿管碎石術：TUL）となっています。使用するホルミウムやグレーザーの特性で人体に悪影響を及ぼさずに結石の治療が可能です。また、さらに砕けた碎石片も回収できます。結石等でお悩みの方はご相談ください。

難治性過活動膀胱に対する治療について

こんなときはぜひ相談を!!

- 尿の回数が多い
- 間に合わない
- 漏れてしまう



どんな治療を行うの？

内服のみではなく、カウンセリングから始まり、理学療法を含めたたくさんの治療法があります。一人ひとりの患者さんに合った治療を組み合わせ、相談しながら、満足のいく治療法を選択していただきます。頻尿や尿失禁など尿のことでお悩みの方は一度当科にいらしてください。お悩みを解決するために一緒に考え、解決のステップとなれば幸いです。

良くならなかつたら…

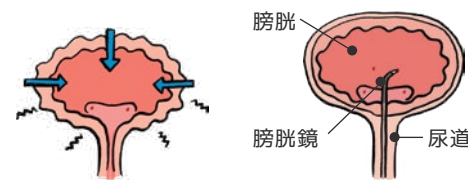
頻尿・尿失禁はQOL疾患であり、命に関わる可能性は非常に低いものの、症状があれば生活の質が損なわれてしまいます。周りの人に気をつかわせてしまう気苦労、夜間頻尿で度々起きて寝不足による体調不良、夜間の移動で転倒して骨折してしまうなど、尿の悩みは全身性のあらゆる病気に繋がります。そうなる前に治療していくことが必要です。どんな治療を選択しても良くならないという方には、**ボツリヌス療法**という治療法をおすすめします。

ボツリヌス療法とは

ボツリヌス療法は難治性の頻尿・尿失禁に対する治療法で、ボツリヌス菌が作る天然のたんぱく質（A型ボツリヌス毒素）から生成された薬を膀胱内に直接注射する方法です。A型ボツリヌス毒素を膀胱の排尿筋に投与することで、膀胱の異常な収縮を抑えて頻尿・尿失禁を改善させます。治療は基本的に外来治療

ボツリヌス療法

「ボツリヌストキシン」が「アセチルコリン」という神経伝達物質をブロックすることで過剰な膀胱の筋肉の緊張を緩めて異常な収縮を抑えます。



異常な収縮による強い尿意



膀胱の筋肉に20～30ヶ所注射



入院不要で完了!

と投薬で行います。治療効果が非常に高いため、難治性排尿障害の患者さんにはぜひおすすめしたい治療法です。2020年4月に保険適応となったばかりの比較的新しい治療法で、当院でも施行可能です。

メッセージ

茨木みどりヶ丘病院泌尿器科は2025年4月に常勤医を迎えました。外来・手術を万全に行える体制を構築中です。当科は現在常勤医1名体制ですが、今後、2名以上に増員予定です。

当科では、地域に根差した病院ならではの親近感と、泌尿器科専門医としてのしっかりとした対応力を併せ持った診療を心掛けております。デリケートな問題だけに周囲に相談できず、ご自分で悩みを抱えておられる方はぜひ、泌尿器科の診察室のドアを叩いてみましょう。長年の悩みが一気に解決するかもしれません。



泌尿器科 医長
福井 勝也

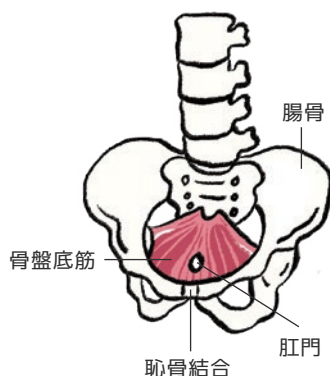
Let's Try! リハビリテーション

監修・リハビリテーション課

排尿トラブル 改善体操

骨盤底筋とは？

文字通り、骨盤の底にある筋肉で、腸骨の下に位置します。多くの頻尿や尿漏れは骨盤底筋の弱まりから起きています。



骨盤底筋の役割

- ① 臓器を支えて正しい位置に保ちます。
- ② 尿道・肛門をしめて排泄をコントロールします。
- ③ 体を支えて姿勢を保ちます。

骨盤底筋は腹筋と同じで、鍛えることにより強くなります。骨盤底筋トレーニングで尿漏れを防ぎましょう！

骨盤底筋トレーニング



仰向けで膝を立てた状態で足を軽く開く。おしりの穴をしめて5秒キープ。



両手を椅子に添えて両足は軽く開く。おしりの穴をしめて5秒キープ。



四つん這いで足は軽く開いておく。そのままおしりの穴をしめて5秒キープ。



足を肩幅まで開き、背筋を伸ばして椅子に座る。おしりの穴をしめて5秒キープ。

自分の行いやすい
姿勢で約3セット
チャレンジ!!



意識するポイント

- おしりの穴をしめる
- 尿を止める感じ
- おならを我慢する感じ

POINT

力加減は、ティッシュを優しく取るぐらいの感覚で！人から見て力んでいるとわかる程度だと力が入りすぎているかも？

Pick Up!

From 地域支援課



茨木みどりヶ丘病院の地域支援課は2021年4月に発足した比較的新しい部署です。当課は、地域医療の窓口として「受診・入院支援」を担う**地域連携室**と、「退院支援」を担う**医療福祉相談室**の2つの部門で構成されています。スタッフには事務員と医療ソーシャルワーカー（MSW）が在籍しており、患者さんの総合的な支援を目的に日々活動しています。

地域連携室の仕事は？

地域連携室は、皆さんが受診されているかかりつけ医や地域の医療機関から、当院へご紹介いただいた患者さんの「窓口」として機能しています。ご紹介患者さんがスムーズに受診・入院できるよう、院内外の関係者と連携を取りながらサポートを行っています。また、当院に通院・入院中の患者さんが、他の医療機関への予約、当日受診、急な転院相談が必要な場合にも、地域連携室スタッフが調整を行います。

地域連携室は、いわば「茨木みどりヶ丘病院の顔」として、街のクリニックさんなどの医療機関とそこから紹介される患者さんの橋渡しをする役割を果たしています。ご紹介患者さんが気持ちよく当院をご利用いただけるよう、そして地域の医療機関と当院が円滑に連携できるように、地域連携室スタッフは日々業務に取り組んでいます。

このような仕事をしています！

- 他の医療機関からの紹介受診予約・入院の調整
- 他の医療機関からの検査機器の利用予約
- 他の医療機関からの問い合わせ窓口
- 各種勉強会の開催



地域の皆さんへ

地域支援課からメッセージ

茨木みどりヶ丘病院地域支援課は、「私たちは真心の医療と福祉を通じて地域の人々に貢献します」という当院の経営理念のもと、地域連携室と医療福祉相談室が協力し、医療連携や福祉相談に力を入れて活動しています。患者さん一人ひとりに寄り添い、安心して療養生活を送っていただけるよう、スタッフ一同、日々努力を重ねています。

また、地域住民の皆さんに向けた「市民公開講座」や「健康教室」の運営を通じて、地域の健康づくりにも取り組んでいます。これからも、地域の皆さんのために尽力し、「縁の下」の力持ちとして支えとなるよう努めてまいります。何かお困りのことやご相談がございましたら、どうぞお気軽にお声掛けください。

地域支援課課長

角谷 祥三



医療福祉相談室の仕事は？

医療福祉相談室は、医療ソーシャルワーカー（MSW）が中心となり、社会福祉の専門的な立場から、患者さんやご家族が抱える経済的な不安、入院治療や退院後の生活に関する悩みなどの相談支援を行っています。

当院では特に、入院された患者さんが安心して入院生活を送れるよう、医師や看護師、薬剤師、栄養士、セラピストなどの多分野の専門職が連携し、患者さん一人ひとりに合った支援を行います。医療福祉相談室では必要に応じて、地域で患者さんを支援するケアマネジャーとも連携し、退院後の生活に向けた環境を整備しています。

さらに入院中や退院後の在宅医療・介護に関する相談だけでなく、生活困窮・障害者支援・介護保険などの社会福祉に関するお悩みにも対応しています。当院に通院・入院されている患者さんやご家族の方なら、どなた

このような仕事をしています！

- 療養生活に伴って起きる悩みごと相談
- 介護・福祉サービスに関する相談
- 在宅復帰についての調整
- 介護保険申請のサポート



でもご利用いただけます。相談をご希望の方は、「1階総合受付」にてお気軽にお声掛けください。MSWが丁寧に対応いたします。

医療福祉相談室は、患者さんやご家族の「安心できる療養生活」をサポートするため、これからも尽力してまいります。

相談窓口

場所 1階総合受付
(ご入院中の方は、病棟へお問い合わせください)

時間 月～土曜日 9:00～17:15

電話 072-622-1515 (代表)

※相談内容に関するプライバシー、個人の秘密は厳守します。なお、関係機関との連携・情報の共有が必要な場合は、相談者の承諾を頂いたうえで、情報共有させていただきます。



LINE公式アカウントにご登録ください！

病院からのイベント情報やお知らせを、当院LINE公式アカウントで配信しています。講演会などの見逃し動画配信も行っていますので、ぜひ右記のQRコードからご登録ください。



茨木みどりヶ丘病院へのご来院は 公共交通機関が便利です！

各駅から
茨木みどりヶ丘病院前
バス時刻表



JR茨木駅→茨木みどりヶ丘病院前 近鉄バス(約4分)

「日本庭園・阪大病院」方面行き[12][24][25]

「松沢池・春日丘」行き[1][2]

JR茨木駅発車時刻(平日)	時	JR茨木駅発車時刻(土)
05 09 17 28 30 38 42 44 50 56 59	7	03 15 23 33 43 51 56
02 08 11 14 20 26 28 37 41 46 55 56	8	10 15 25 35 45 55
04 13 16 22 31 36 41 51 56 59	9	03 15 18 33 35 48 55
08 18 20 28 38 48 50 58	10	03 18 20 33 48 50
08 18 20 28 38 48 50 58	11	03 18 20 33 48 50
00 08 18 20 28 38 43 48 58	17	
00 08 18 20 28 38 43 53	18	
00 08 20 23	19	

阪急茨木市駅→茨木みどりヶ丘病院前 近鉄バス(約12分)

「日本庭園・阪大病院」方面行き[12][24][25]

「松沢池・春日丘」行き[2]

阪急茨木市駅発車時刻(平日)	時	阪急茨木市駅発車時刻(土)
01 20 30 36 42 48 54	7	15 35 48
00 06 12 20 29 38 47 56	8	02 17 37 55
05 14 23 33 43 51	9	10 25 40 55
00 10 12 20 30 40 42 50	10	10 12 25 40 42 55
00 10 12 20 30 40 42 50	11	10 12 25 40 42 55
00 10 20 30 40 50	17	
00 10 20 30 45	18	
00 15	19	

※上記は当院の診療時間に合わせた時刻表です。

※2025年4月現在の情報です。運行ダイヤは変更される可能性がありますのでご注意ください。

※交通状況や天候等により遅れが生じる場合がございます。

新任先生のご紹介

整形外科

乾 堅太郎 (いぬいけんたろう)

日本整形外科学会整形外科専門医
日本リハビリテーション医学会
認定臨床医
日本整形外科学会認定リウマチ医

整形外科

荻野 将成 (おぎのまさなり)

整形外科

田中 彩香 (たなかあやか)

消化器内科

南 麻梨子 (みなみまりこ)

日本消化器内視鏡学会専門医
日本消化器病学会専門医

麻酔科

垣内 英樹 (かきうちひでき)

麻酔科標榜医
日本麻酔科学会認定麻酔科指導医



診療所紹介 医療法人厚仁会 なかクリニック

病気は何より早期発見・早期治療が重要です。そのため、当院ではレントゲンや心電図など必要な検査機器はひと通り揃えています。中でも胃・大腸内視鏡検査は、より性能の高い機種を導入し力を入れています。胃カメラは、鼻腔からカメラを挿入する経鼻内視鏡と口から挿入する経口内視鏡の両方に対応が可能です。また、大腸検査では、もし大腸ポリープが確認できて切除可能と判断した場合は、そのまま内視鏡で切除治療を行うことも可能です。それぞれ長年培ってきた内視鏡の技術を用いて、苦痛の少ない検査・治療を実施しています。さらに、当院では患者さんの時間的・経済的な負担の軽減につなげたいと、主要な80品目の薬を取り扱い、できる限り院内処方を行っています。



診療所の特長

大学病院や基幹病院で20年近くキャリアを積んできましたが、徐々に自分の理想とする医療と自分の裁量で、地域の患者さんのサポートをしたいと考え、開院しました。茨木市は、母方の祖父母がかつて薬局と文具店を営んでいた場所ので、私もよく訪れていた「第二の故郷」なのです。

開院したきっかけ

来年2026年に10周年を迎える、なかクリニック。胃・大腸内視鏡検査をはじめさまざまな疾患に対応可能な、地域に根差したクリニックです。

診療に対する思い

一般的な内科疾患から肛門疾患や爪の疾患の診療、そして胃・大腸検査など、質の高い医療を提供し続けていきたいと思っています。特に、がんに関しては私のこれまでの経験を活かして在宅緩和ケアも行っています。かかりつけ医として、幅広く地域の皆さんのさまざまなご要望に応えていきたいと考えていますので、どんなことでもお気軽にご相談ください。

医療法人厚仁会 なかクリニック

- 住所 〒567-0034 大阪府茨木市中穂積1-2-50
- TEL 072-631-8808
- 診療科目 内科、消化器内科、外科、小児外科、肛門科
- 診療受付時間 9:00~12:30/16:00~18:45
※水曜日の午前は予約診、土曜日午後は14:30~16:30
- 休診 木曜日午後、日曜日、祝日
- URL <https://www.naka-clinic.com/>
- アクセス JR京都線茨木駅から徒歩5分



なか ていじ
院長 中 禎二



社会医療法人 祐生会

茨木みどりヶ丘病院

〒567-0034 大阪府茨木市中穂積3丁目2-41

診療受付時間 9:00~12:00 (月曜日~土曜日)
18:00~19:30 (月・水・金曜日)

休診日 日曜日、祝日、年末年始

時間外診療 24時間365日対応

お問い合わせ 072-622-1515 (代表)



▲HPはコチラ



広報誌に関するご意見・ご感想
お問い合わせは 祐生会広報まで

祐生会広報電話番号

072-681-5764

✉ midori-info@midorigaoka.or.jp

