

Sound

一般財団法人 住友病院

vol. 66

2025 SUMMER

住友病院だより【さうんど】

特集

動脈硬化と血管内治療

●先生教えて！

基本的な歯磨き 口腔ケアグッズの重要性

●連携医療機関

うつぼ公園ひらやま内科・内視鏡クリニック大阪
高石内科循環器クリニック

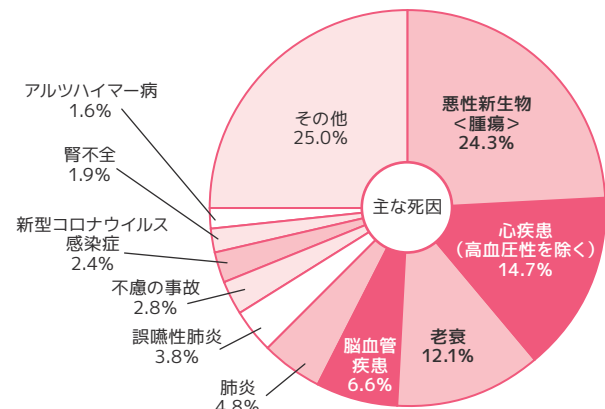
●New Face

●INFORMATION

ご自由にお持ち帰りください

動脈硬化になると どうなるの？

～死亡原因の上位！～



【出典】厚労省「令和5年 人口動態統計月報年計の概況」主な死因の割合

動脈硬化は
自覚症状なく進行し、
命に関わる病気を
引き起こします

日本人の死亡原因のトップはがん(24.3%)、そして2位が心疾患(14.7%)、3位が老衰(12.1%)、4位が脳血管疾患(6.6%)と続きます。主な心疾患として動脈硬化が原因である虚血性心疾患、脳では脳梗塞が多いことを加味すると、動脈硬化による死亡数はほぼがんに匹敵するほど多く、それだけ動脈硬化が恐ろしいということがわかります。

1回の心拍のたびに心臓から全身の血管に血液が送り出され、それを1日10万回、そして80年以上も繰り返すため、血液を受け止める血管が加齢とともに傷ついてしまいます。これに加え食事や喫煙といった生活習慣によって引き起こされる高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドロームなどでも追い討ちをかけ、血管の劣化が進んでいきます。

動脈硬化はさまざまな病気を引き起こし、心臓なら狭心症、心筋梗塞といった虚血性心疾患。脳では脳梗塞、脳出血など。また足の血管に動脈硬化が起こり、痛みが出たり足が壊死する下肢閉塞性動脈硬化症、このほか眼や腎臓の血管の動脈硬化が、それぞれの機能低下を引き起こすこともあります。

特集 動脈硬化と 血管内治療

動脈硬化って？

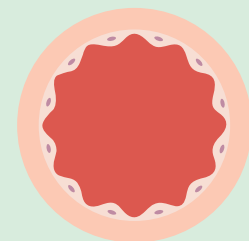
生まれたての赤ちゃんの動脈は弾力があり、内側は血液が流れやすいようツルツルと非常になめらかにできています。しかし経年劣化や高血圧、糖尿病などにより硬くなったり、動脈の壁が分厚くなったり、あるいは血管の内壁にお粥のようなプラークができて内側が狭くなります。この状態を動脈硬化と呼び、動脈硬化が進むとプラークが血栓として血液中を漂い、血管を塞ぐこともあります。

正常な血管

血管を横から見た図

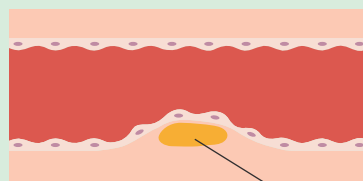


断面図

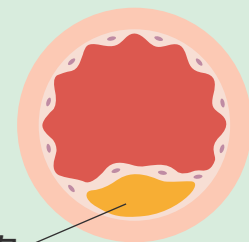


動脈硬化

血管を横から見た図



断面図



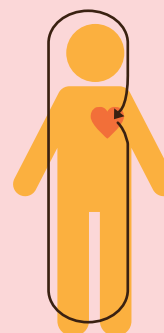
プラーク

知ってる？!

血管と血液のこと

血液はわずか30秒で
体を1周する!

心臓から送り出された血液が再び心臓に戻ってくるまでの時間は、わずか30秒なんです。



30秒

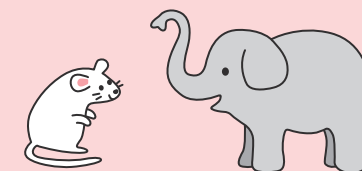
1日に送り出す血液量は
2ℓのペットボトル
4,000本分!!

心臓は1日に約10万回拍動しています。1回の拍動に70~100mlの血液量なので、2ℓのペットボトル4,000本分にもなるんです!



心拍数が少ないほど
長生きできる?!

哺乳類の場合、どんな生物でも一生のうちに心臓が全身に血液を送る回数は10~15億回とされています。つまり、心拍数が少ないほど寿命が長いのです。



ハツカネズミの心拍数 600回/分 寿命2~3年
ゾウの心拍数 30回/分 寿命80~100年

ヒトの心拍数は60~100回/分で、この計算式に当てはめると寿命は約30年。しかし、日本人の平均寿命は84.3歳なので、一生の総心拍数は25億回にも達し、15億回を大きく上回ります。動脈硬化もこの経年劣化によるものと考えられます。

気をつけて!

心臓



狭心症、心筋梗塞など

胸の痛みや心臓が正常に動かなくなる症状が出ます。

頭



脳梗塞、脳出血など

強い頭痛や意識混濁、麻痺が生じたりします。

足



下肢閉塞性動脈硬化症、重症虚血肢など

足が痛み、壊死したりします。

胸



大動脈瘤など

激しい胸の痛みや咳、血痰、背中の痛みなどが出ます。

住友病院の

血管内治療



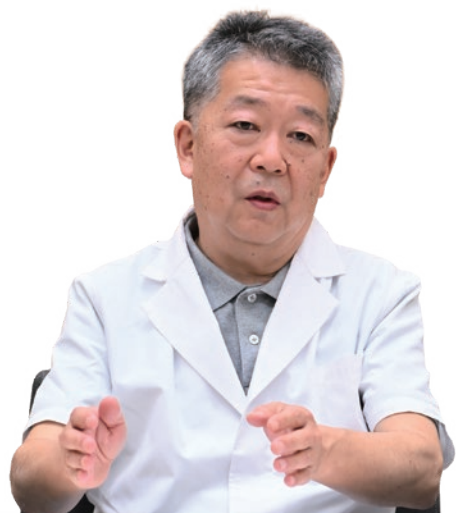
安宅啓二 外科系副院長（以下、安宅）

動脈硬化の治療の一つとして、血管内治療があります。太もものつけ根や腕の血管からカテーテルと呼ばれる細い管を通し、その先端からバルーンで血管を広げたり、ステントを留置して内側から血管壁を支えたり、血栓を吸引する処置を行います。開腹をしなくても血管を通じて患部にアプローチできるため非常に低侵襲であり、高齢社会のニーズに適した治療です。

山本浩詞 血管内治療（IVR）センター長（以下、山本）

1900年代初頭には血管造影法が、その後力テールを安全に挿入する方法や、バルーン、ステントも開発されており、技術としては歴史の長い治療です。またレントゲンからCTへの進化や画像のデジタル化、体内の様子とカテーテルの位置を捉える血管造影装置と画像技術の発達もあり、より安全に行える治療となりました。

最新の「IVR-CT」を導入



血管内治療（IVR）センター長 **山本 浩詞**



IVR-CT

山本 住友病院では従来の2台の血管造影装置に加え、血管造影装置とCTを組み合わせた「IVR-CT」を新たに導入しました。血管内治療ではリアルタイムの透視画像と、事前に撮影したCT画像を合成した透視画像を参考に行うこともできます。カテーテルの処置に加えて体表から穿刺する必要があるケースや、患部までカテーテルが届いてい

るかどうかが確認したい場合など、治療中に新たにCT画像が必要になった場合も、患者さまをCT室に移動させることなくその場でCT撮影ができるため、患者さまの負担を低減することができ、治療の安全性、精度も向上します。

安宅 血管以外からのアプローチを組み合わせて治療できるというメリットがありますね。

山本 まだ保険適用外ではありますが、IVR-CTがあるからこそ可能な治療もすでに手掛けています。

安宅 IVR-CTを活用することで、より低侵襲かつ安全に、より幅広い血管内治療を提供していきたいと考えています。

動脈硬化にならないために ～予防と改善～

動脈硬化にならないためには高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドロームなどを予防する必要があります。改めて生活習慣を見直し、不適切な生活を改善して動脈硬化のリスクを下げましょう。

禁煙

たばこを吸うと血管が収縮し、血圧を急上昇させます。また煙に含まれる一酸化炭素が赤血球の酸素の運動能力を低下させることで、動脈硬化性疾患のリスクが上がります。



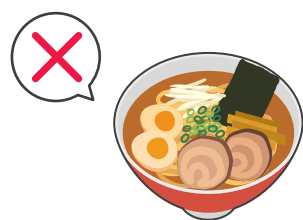
運動

ウォーキングや水泳など30分以上、週3回以上の有酸素運動が、動脈硬化予防に効果的です。ストレッチや散歩、階段を使うなど、軽い運動から始めてみてください。

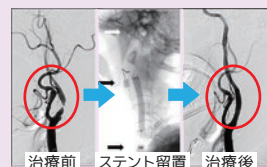


食事

麺類のスープは飲み干さないなど、高血圧の原因である塩分の摂りすぎに要注意。満腹になったり脂っこいものの摂りすぎは血中コレステロールや中性脂肪の増加を招くので、腹八分目を心がけましょう。



内頸動脈狭窄に対するステント留置術 担当：脳神経内科（脳卒中・脳血管内治療室）



内頸動脈にできた狭窄に対する緊急施術例。ステント留置により狭窄を治療し、進行する麻痺など患者さまの症状は改善しました。

頭

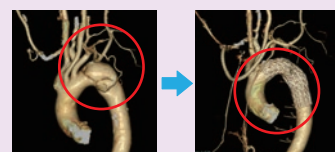
血栓回収治療

担当：脳神経内科
血管内治療（IVR）センター
カテーテルなどの器具を使って血管内に詰まった血栓を物理的に取り除く方法

脳 脳梗塞の治療法の一つとして実施します。

下肢 血栓が原因で下肢の血流が阻害されている場合に行います。

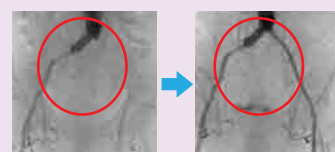
胸部大動脈瘤に対するステントグラフト内挿術 担当：心臓血管外科・放射線診断科



胸部にできた大動脈瘤に対してステントグラフトを使用した手術例。

胸

閉塞性動脈硬化症に対するステント留置術 担当：血管内治療（IVR）センター



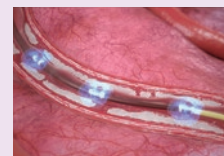
足の動脈にできた閉塞性動脈硬化症に対する治療例。ステントを使用することで大腿部の静脈閉塞を治療しました。

足

静注血栓溶解療法（IVT）治療

担当：脳神経内科・循環器内科

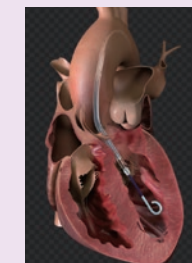
急性期脳梗塞や心筋梗塞には血栓溶解療法の一つである静注血栓溶解療法（IVT）治療を行います。



IMPELLA（インペラ）治療

担当：循環器内科

心原性ショックに陥った際、一時的に心臓の代わりとなって全身に血液を送る補助循環ポンプカテーテル治療を行います。



心臓

冠動脈狭窄に対する冠動脈形成術（PCI） 担当：循環器内科



心臓の右冠動脈にできた狭窄に対する施術例。ステントを使用することで狭窄部を治療し血行改善を行いました。



連携医療機関のご紹介

住友病院では地域の医療機関との相互連携を密にし、最善の治療環境の実現をめざしています。このコーナーでは、当院の連携医としてご協力いただいている先生方をご紹介します。

うつぼ公園ひらやま内科・内視鏡クリニック大阪

診療科目：内科、消化器内科、内視鏡内科、隣臓内科

〒550-0003
大阪市西区京町堀2-13-8 岡崎ビル1F
TEL 06-6136-5413



院長 平山 貴視 Takashi Hirayama
副院長 平山 清花 Sayaka Hirayama

●アクセス

Osaka Metro
中央線・千日前線
「阿波座」駅から徒歩8分



公式ホームページ



今年4月に不藤医院を継承し開院した、高石内科循環器クリニック。タワーマンションが立ち並ぶ都心の中で、扇町公園と野崎公園に挟まれた緑豊かな場所にあります。

▶高石博史院長をはじめ3人の非常勤医師が診療されています。

はい。当院は私で三代目です。初代院長の時代から40年近く通院している患者さまがいるほど地域密着型のクリニックなんです。非常勤医師を含め、基幹病院における第一線での豊富な臨床経験を有する循環器内科のチームで専門医療をご提供しています。

▶循環器専門医である高石院長の診療を求めて遠方からの来院も増えていると聞きました。

そうですね。急性期病院の第一線で緊急性の高い診療に従事していた病院時代とは異なり、いかに健康を守るかという考え方の下で日々の診療に取り組んでいます。

▶睡眠時無呼吸症候群（SAS）の診療にも積極的です。

日中の眠気だけでなく高血圧を引き起こすなど、心臓血管疾患を悪化させることが明らかで、不整脈や脳梗塞、心筋梗塞、心不全の原因としても極めて重要なものです。そのため「循環器疾患の一つ」と捉え、積極的に治療すべき疾患と考えています。

▶メッセージをお願いします。

循環器疾患はもちろん糖尿病や腎臓病、さらに日中の眠気や疲労感、習慣性のいびきなど心当たりがあればぜひご相談ください。

今春（2025年4月）、大阪のセントラルパークの一つである靱公園近くに開院された、うつぼ公園ひらやま内科・内視鏡クリニック大阪。アースカラーを基調とした清潔感のある落ち着いたクリニックです。

▶平山貴視院長と清花副院長は消化器内科が専門と聞きました。

はい。二人が常勤し、診療・検査に対応しています。内視鏡検査も午前中から実施していますし、胃と大腸検査を同日行うこともできます。また、男性医師か女性医師か患者さまのご希望をおうかがいすることも可能です。

▶平山院長は、地域医療は連携が重要とお考えですね。

そうです。総合病院に通うのは、待ち時間も長く、負担も多いと思いますので、CTやMRIなどの詳しい検査は病院で行い、その後の結果説明や経過観察、普段の診療は当院がしっかり対応させていただくなど、役割分担することが大切だと考えています。そしてそのためには、日ごろから病院との情報交換や連携の強化を図りたいと考えています。

▶メッセージをお願いします。

周辺にはマンションも多く、若い世代の方々やビジネスマンも多いので、そのような方々の健康意識の向上にも積極的に寄与して健康寿命を延ばしていきたいと考えています。一般的な風邪症状などを含め調子が悪いと感じることがあれば気軽に受診していただければと思います。

高石内科循環器クリニック

診療科目：内科、循環器内科、糖尿病内科、腎臓内科

〒530-0052 大阪市北区南扇町7-2-102
センチュリーパークユニ東梅田1F
TEL 06-6311-3796



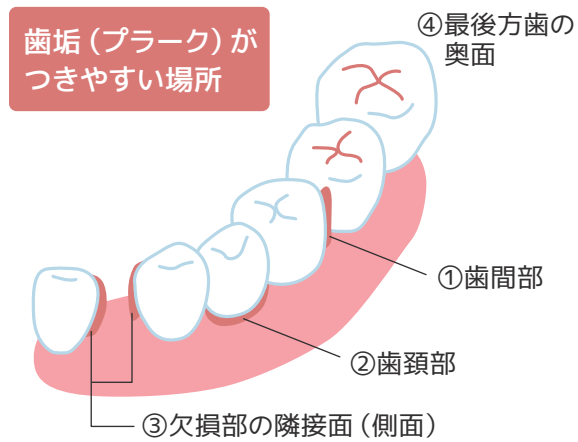
院長 高石 博史 Hiroshi Takashi

●アクセス

Osaka Metro
堺筋線「扇町」駅より
徒歩5分



公式ホームページ



歯垢（プラーク）が
つきやすい場所

④最後方歯の
奥面

①歯間部

②歯頸部

③欠損部の隣接面（側面）

歯ブラシ

ヘッドが小さく、毛の硬くないものがお薦めです。鉛筆持ちで力が入りすぎないように1〜2本ずつ磨くように往復運動させます。歯磨きの圧力は強すぎないように。

歯間ブラシ

歯の隙間が大きい場合の清掃に有効です。隙間に合わせて大きさを選択し、頬側と舌側の両方から通すことがベストです。

フロス（糸ようじ）

歯の隙間が小さい場合やブリッジなどのダミー歯部分（連結部）の清掃に有効です。頬側舌側の方向に揺すりながら歯と歯の隣接部に通し、隣接する歯に沿わせて歯肉を傷つけないように注意しながら上下に使用します。

タフトブラシ

ピンポイントに使用できる一束のブラシです。歯ブラシの毛束が届きにくい部分、歯頸部、欠損部の隣接面（側面）や最後方部の奥面や下顎舌側や歯列不正の箇所などに有効です。



歯ブラシ

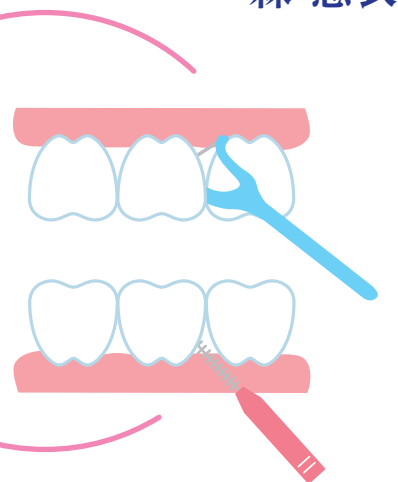
歯間ブラシ

フロス（糸ようじ）

タフトブラシ

清掃のこつ

歯と歯の間にフロスや
歯間ブラシを入れて
軽めの力でしっかりと



歯磨きの目的は齲蝕・歯周病の原因である歯垢を除去することです。歯ブラシだけでは歯垢を除去できないところ、不潔域と言われる①歯間部②歯頸部③欠損部の隣接面（側面）や④最後方歯の奥面には補助的清掃器具（歯間ブラシ、フロス、タフトブラシ）を用いて清掃します。

基本的な歯磨き 口腔ケアグッズの重要性

歯磨きの順番は「上顎の外側を奥から手前に右から左へ」というように規則性をもって磨くことで磨き忘れがなくなります。それぞれの補助的清掃器具は以下を参考にしてください。

歯磨きの順番は「上顎の外側を奥から手前に右から左へ」というように規則性をもって磨くことで磨き忘れがなくなります。それぞれの補助的清掃器具は以下を参考にしてください。



歯科診療部長
森 悠衣 Mori Yui



Attention!

住友病院はJCEP認定病院です

NPO法人卒後臨床研修評価機構（JCEP）とは、医療の質の改善と向上をめざすため、臨床研修病院の研修プログラムを評価・改善する第三者機関で、当院も認定をいただいています。

これからも、患者さまに信頼いただける医療を提供できるよう、医療に貢献する人材の育成にも引き続き取り組んでまいります。



New Face

今年もフレッシュなスタッフが仲間入りしました。どうぞよろしくお願いいたします。

上田 聖也(うへだ せいや)

指導医と設備に恵まれた住友病院で働けることに喜びを感じています。同期とも仲が良く、切磋琢磨しながら研鑽に励んでいます。患者さまと丁寧に向き合い、医療に貢献できるよう頑張ります。

松山 賢斗(まつやま けんと)

春から初期研修が始まり、素晴らしい環境で充実した日々を過ごしています。住友病院での研修を通して患者さまに信頼される医師になれるよう、未熟ながら頑張っていきたいと思います。

福田 祥彦(ふくだ よしひこ)

研修医になってからまだ間もなく、わからないことだらけですが、日々勉強に励んでいます。患者さまに信頼される医師となれるよう頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

辻 桜弓(つじ さゆみ)

働き始めて間もないですが優しいスタッフばかりであたたかい職場です。早く医師として一人前になれるよう診療技術を磨くことはもちろん、人としても成長できるよう頑張ります。

澤井 千優(さわい ちひろ)

指導熱心な先生方の下で日々多くのことを学んでいます。同期と切磋琢磨しながら、患者さまに信頼される医師になれるよう精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。



写真 前列左より 辻、澤井 後列左より 上田、松山、福田

INFORMATION

住友病院 全身がんドックコースのご案内

MRI(磁気共鳴画像診断)の技術を用いて、首から胸部、腹部、骨盤までの範囲の病変(がん)の有無を調べるコースです。肺についてはCT検査を併用し評価します。検査前の絶食を必要とせず、MRI撮影に要する時間は30分程度です。

実施日 火・木曜日(平日) 13:00～

料金 ①全身MRI + 肺CT コース ￥64,900(税込)
②全身MRIコース ￥46,200(税込)

なお、宿泊ドックコース受診の場合はオプションとして選択可能です。

ご予約・お問い合わせ

お電話、もしくは14階健康管理センター窓口にて承ります。

TEL: 0570-01-3335(平日: 10:00～16:00)



2025年度 市民公開セミナーのご案内

当院では、市民の皆さまに医療に関する理解を深めていただき、健康促進にお役立ていただくことを目的にセミナーを開催しています。参加費は無料ですので、どうぞお気軽にご参加ください。

開催日	テーマ(仮題)	担当科(予定)
9月25日(木) 14:00～15:00	食物アレルギー	小児科
12月11日(木) 14:00～15:00	白内障手術の今～最新の眼内レンズと選び方～	眼科
2026年3月12日(木) 14:00～15:00	いまだ聞けない? メタボの知識	内分泌代謝内科



※セミナー開催予定は予告なく変更する場合がございます。スケジュール、最新情報、申し込み方法等詳細は、当院ホームページでご確認ください。

「中之島なつまつり2025」開催!

昨年も多くの来場者で賑わいを見せた中之島の夏の風物詩「中之島なつまつり」が今年も開催されます。有名な歌手さんも登場する盆踊りや音楽パフォーマンス、グルメ屋台など様々な楽しみがあります。見て、参加して、そして食べて楽しい。そんな「中之島なつまつり」で、夏の最後を満喫しましょう!

日時 2025年8月25日(月) 16:45～21:00(予定)

会場 大阪国際会議場(グランキューブ大阪)1Fプラザ 及び 中之島バンクス



昨年の様子

今号の広報誌「Sound」の取材に関しては、マスク着用のうえ実施し、撮影時のみマスクを外して行っています。

〒530-0005 大阪市北区中之島5-3-20

TEL.06-6443-1261(代表)

【受付時間】8:30～11:30、12:30～15:00

「Sound」には、「音」のほかに「聴診する」「健康な」「確かな」という意味も含まれています。

住友病院だより「Sound」◎発行人: 金倉 譲 ◎編集: 西野 秀、細島 研一、増田 亮、小島 夢輝

「こんなことが知りたい」など、本誌についてのご意見・ご感想を当院ホームページの「お問い合わせ」フォームにぜひお寄せください。よりよい誌面づくりの参考にさせていただきます。住友病院だより【Sound vol.66】2025年7月1日発行



住友病院は、大阪府がん診療拠点病院です。



住友病院

住友病院

検索

