

武藏浦和整形外科内科クリニック

尾崎大也 院長

整形外科 | 内科 | リハビリテーション科 |

基本情報

ドクターズファイル

検診・治療レボ

トピックス

お知らせ

クチコミ

Doctors File

ドクターズ・ファイル

vol.7687

尾崎大也 院長

武藏浦和整形外科内科クリニック(さいたま市/武藏浦和)



1 2 3

日本体育協会認定のスポーツドクターの他、整形外科専門医や障害者スポーツの資格を持つ尾崎大也院長。2013年に武藏浦和メディカルセンター内に「武藏浦和整形外科内科クリニック」を開院し、わずか2年足らずの期間に、その評判から訪れる患者数は激増。2015年8月からは混雑する土曜日は2ドクター制に改め、患者の待ち時間の短縮を図っている。クリニック内は清潔に保たれ、受付横には二科展の会員である院長のお母様の猫の絵画、そして奥には実弟の友人のモダンアートが飾られているのが印象深い。リハビリテーション施設も充実しており、地域のかかりつけ医として予防に力を入れ、患者様が健やかで痛みのない生活を送れるよう『スマートライフ』をサポートしている。穏やかな語り口の尾崎院長に、最近の治療例や今後の抱負などを語ってもらった。

(取材日2015年8月6日)

世界最高峰の舞台で得た知見を地域の患者に還元

—どうして医師をめざされたのですか？



体が不自由な弟がおり、その姿をみて、小学校時代から自分が医師になって、弟のような病気を少なくしたい、また体が不自由な方を治してあげたいという夢を持っていました。小学生時代は野原を駆けめぐり回って、遊んでばかりのわんぱく坊主でしたね。よく悪さをして、学校の先生に親と一緒に呼ばれて、叱られていきました。妻や友人に昔の話をすると、今からは想像できないと驚かれます。あまり勉強ができませんでしたので、同級生からはお医者さんなんて無理じゃない？と言われていました。その時に私は何クソっと奮起して、自ら志願し塾に通わせてもらい、何とか

医学部に入ることが出来ました。医師となるきっかけは弟ですので、障がい者医療や障がい者スポーツのサポートは、ライフワークですね。

—勤務医時代や大学時代の経験を教えてください。

入局先を決める時、内科と整形外科を迷いました。医師になりたての1年間は内科で研修を行いました。救急救命センターで研修をさせて頂いた際には、生死の境ギリギリの最重症の患者さんの治療に携わりました。瀕死の患者さんが、他職種によるチーム医療により、生還されるのを目の当たりし、医療の素晴らしさを実感したのを覚えています。また、消化器、呼吸器や血液内科の研修では患者さんの化学療法、終末医療を経験しました。これらの貴重な経験は、今の診療に役立っています。その後、整形外科へ転科し、外傷の治療からスポーツ障害、関節疾患の人工関節置換術などの治療を経験しました。整形外科に移ってから、地方での勤務になったのですが、そこで治療の基本や医師としての考え方を教わりました。地域医療に従事することで、地域の皆さんや病院のスタッフの皆さんに良くしてもらった楽しい思い出があります。大学時代ですが、いくつかのスポーツ医の資格を取り、スポーツドクターとして活動を行っておりました。大学の先輩の関係で、バスケットボールのチームドクターとして、チームの合宿や大会への帯同し、選手の体調管理を担当させていただきました。アジア諸国へ帯同しましたが、治安や衛生状態が悪い国もあり、整形的な問題より、胃腸炎やかぜ症候群などの内科的なトラブルが多く、内科での経験が役に立ちました。

—2012年ロンドンパラリンピックにもチームドクターとして参加されたと伺いました。

ええ、障がい者スポーツのサポートはアジアパラリンピックに本部ドクターとして参加したことから始まりました。

2012年はまだ日本医科大学付属病院の勤務医でしたから、開業医の現在よりは身軽でして(笑)、10日間ほど視覚障害者柔道日本代表チームに帯同しました。

100kg超級で金メダルを取ってくれた選手が出ましたので、それをリアルタイムで観て、感動を分かち合うことができ

て、とてもうれしかったですね。現在もチームドクターなのですが、開業後の2年間は海外遠征などの帯同はできませんでしたが、2020年の東京パラリンピックを目指して、ドクターを複数体制とするなど体制を整えてゆきたいですね。すでに土曜日だけ、ドクター2人体制をスタートさせています。2020年はホームですので、1つでも多くのメダルが取れるように、選手のメディカルサポートを充実させていきたいです。



しつこい肩の凝りがあれば、一度検査を

—診療においてのこだわりを教えてください。



怪我や病気は進行し重症化すればするほど、改善や治療に時間を要したり、難しくなります。人間には自己治癒力が備わっていますが、軽症なうちに治療を開始すれば、それをそっと後押しするような治療でよく、体に負担が少ないです。ですから、「こんな事でかかっていいのかな?」と思わず、気軽に体調の不調を相談してください。また、もっと早い段階で施すのが予防ですが、まさに『予防に勝る治療なし』です。人間の体は、口から摂取した飲食物と肺から取り込んだ空気から、構成されています。ですから、バランスのとれた規則正しい食生活は、非常に大切です。怪我やスポーツ障害で言えば、運動前のストレッチ、ウォームアップ、適度な筋力トレーニングと正しいフォーム、運動後のストレッチ、クールダウン、痛めやすい場所のアイシングが予防の上で大切です。

一クリニックで行っている整形外科の治療について教えてください。

整形外科では、腰痛、肩こり、膝関節痛、肩関節痛の症状の患者様が多いですね。腰痛、肩こりの患者様は、慢性化している事も多く、投薬や注射とともに、リハビリに通っていただき、柔軟性をつけたり、姿勢を整えたりする事で慢性化の負のスパイラルから脱することができます。ヘルニアや脊柱管狭窄症などで激しい神経痛でお困りの場合は、神経障害性疼痛の薬を使用したり、関連のペインクリニックに紹介し神経ブロックを行ったりします。膝関節の痛みは成長期の痛みやスポーツ障害や高齢者の変形性膝関節症と多岐にわた

りますが、大学病院時代からの専門分野ですので、正確に診断と適切な治療を心がけています。痛み止め、湿布だけではなく、漢方薬、関節や腱への注射、装具、リハビリ等を駆使して、治癒へと導きます。スポーツ整形では、近隣のスポーツ選手、愛好家の方が多く来られます。スポーツの現場ですと、昔ながらの根性論で休めないで、悪化させてしまうケースも時々見られます。自分で様子を見ずに、怪我をしたらすぐに受診していただき、レントゲンを撮り、適切な治療を早期に始めた方が、早期の復帰につながります。『こんな事で整形にかかるってもいいのかな?』と思わず、気軽にご相談ください。最短で復帰できるように、リハビリスタッフとともに、全力でサポートします。

一骨粗鬆症の治療にも注力されていると聞きました。

骨粗相症の患者さんは約1300万人と言われ、その中の20%しか治療を受けておりません。骨粗しょう症は骨の強度が低下したために骨折し易くなった状態です。近年骨粗しょう症治療薬の開発発展は著しく、各種の飲み薬や注射薬が開発されております。適切な治療を行えば骨折が防げ、健康寿命伸ばすことができます。当院では閉経後の女性の患者様を中心として、積極的に骨密度検査および骨代謝採血検査を行い、骨粗しょう症の診断となつた患者様には、多数ある治療薬の中から体質や骨代謝の状態を踏まえ、患者様それぞれの体に合った適切な骨折を予防する治療を開始するように心がけております。骨を強くする治療とともに転倒を予防することにより骨折を防ぐことができますので、バランストレーニングなどのリハビリにも力を入れております。昨年より日本骨粗しょう症学会が主導で、骨折予防のための骨粗しょう症リエゾンサービスが始まりました。当院や関連薬局のスタッフからマネージャーを育成し、地域の骨折が少しでも少なくできるように努力していきたいと思います。

—クリニックで行っているリハビリについて教えてください。

リハビリは整形外科と切っても切れない関係にあります。手術が上手くいっても、その後のリハビリが良くないと、良い結果とはなりません。また、整形外科は運動器が対象ですので、投薬の治療だけでなく、適切なリハビリを行い、機能を向上させ、障害を繰り返させないことが大切です。そして、スポーツ障害の早期復帰には、リハビリが欠かせません。

当院では理学療法士や柔道整復師のスタッフによるマンツーマンによる徒手療法にこだわり、患者様の機能改善をサポートできるようにしております。薬だけ、電気だけでは治らないといった方は、お気軽にご相談下さい。特に、五十肩（肩関節周囲炎）は痛み止めや関節注射だけでは改善しないことも多く、地道にリハビリに通って頂き、動かせる範囲を広げてあげることが大切です。また、運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態を「ロコモティブシンドローム（ロコモ、運動器症候群）」といいますが、当院では高齢者の健康寿命を伸ばしていくことを目的に、体幹筋のトレーニングやバランス強化を行うロコモ予防のリハビリにも力を入れています。



—内科ではどのような治療を行うのですか？

内科においても予防や早期発見が重要と考えております。高血圧、脂質異常症、糖尿病、メタボリックシンドローム等は、あまり症状として現れませんが、命を脅かす病態である脳卒中や心筋梗塞への予備軍であり、予防やコントロールすることが大切です。薬による治療の前に、食生活や運動によって改善する事も少なくありません。働き盛りの方々はお忙しいとは思いますが、良い仕事を継続していくには、食事、睡眠、運動の質を高めて、健康な体と心を整えることが重要です。がんも早期発見ができれば、比較的体にダメージの少ない治療（内視鏡手術など）で済むこともありますので、定期的に採血検査や健診を受けたり、体の異変をほっておかぬことが大切です。最近、新しいがんのリスク検査を始めました。肺、大腸、胃、すい臓、前立腺、乳房、子宮・卵巣のがんのリスクが、1回の採血でわかります。アミノ酸のバランスを測定するという全く新しい切り口の検査です。PETのようにレントゲン被曝もありませんし、人間ドックのように時間もかかりませんので、お気軽にご相談ください。



—漢方治療も行っているのですね。

風邪に関するても引き初めに対処することが大切です。当院では『かぜ症候群』に対して、積極的に漢方薬を使用しております。症状や体質、ひき始めてからの期間などから判断し、20種類以上の漢方薬をメインに、症状に合わせた西洋薬を組み合わせて、処方しております。漢方薬は色々な生薬の組み合わせで効果を発揮し、体全体のバランスを整えて、自然治癒力を高めて治しますし、抗ウイルス作用もありますので、『かぜ症候群』にはうってつけです。私も風邪の初期症状に対して、漢方薬を適時使用し、体調を整えております。西洋医学と東洋医学ではアプローチ法が違いますので、患者さんに対してさまざまな治療法の引き出しを持っている方がよいと考え、漢方を積極的に採り入れています。内科だけではなく、整形外科でも漢方を処方することもあります。何となくしびれる、違和感があるなどのはっきりしない症状には漢方薬が奏功することがありますので、ぜひご相談ください。ご高齢の方や胃の弱くてすぐ薬で医が荒れてしまう方などは、体に優しい漢方薬がおすすめですね。

—プライベートの過ごし方は？

動物が好きで、犬を2匹、猫を1匹飼っており、癒やされています。毎日、健康も考えて、近くの沼まで犬の散歩を行っています。また、朝時間を利用して、フラダンサーによるストレッチ教室、コアマッスルトレーニング、英会話教室に参加しています。関連のミューズ皮膚科、ムサシ薬局と合同で開催し、職員も自由に参加し朝活しています。医療は体力勝負のところがありますので、体調管理には力を入れています。医師が元気で笑顔でないと、患者様を元気にはできませんからね。長期休暇では、夫婦で旅行が好きなので、異文化に触れたり色々なことにチャレンジしています。

—今後の抱負を教えてください。



当クリニックには90歳の骨粗しょう症で通院する患者さんもいらっしゃるのですが、「お蔭様で元気に過ごせるようになりました」と言われると、医師冥利に尽きますね。“スマートライフ”、つまり健康寿命をできるだけ伸ばしましょうという考え方のもと、1人の患者さんを当クリニックだけでなく、ジャンルの異なる皮膚科、歯科の関連医院グループでサポートしています。医師としては1人の患者さんと向き合って、ときに悩み、ときに新たな気づきをもたらしていただき、そうした積み重ねのなかで私自身が技を磨き、つねにアップデートされた知識を持っておく必要があると認識しています。地域の皆様が痛みや体の不調なく健やかに過ごしていくよう、痛みを軽減するよい機器などができるならばすぐに導入し、患者様にいつも最良な医療環境づくりをしていきたいと考えています。