

当院が「頼れるドクター 北摂版」
に掲載されました。

北摂

頼れるドクター

2025-2026版

私たちの街の
ドクター

91名

特集1 情報共有や連携の工夫あり！

チームワークで
患者を支えるクリニック

特集2 在宅医療、オンライン診療など

通院負担への
工夫があるクリニック



“みんなのかかりつけ医事情”大調査
増加する近視や見え方の異常、病気から
子どもの目を守ろう
読者の悩みを解決！
ドクターアドバイス

特長や方針を徹底取材！

地域の病院紹介

- ・大阪大学医学部附属病院
- ・彩都友誼会病院
- ・三康病院
- ・愛染橋病院
- ・守口生野記念病院

検査・治療レポート 医療トピックス

大腸内視鏡検査、乳がん検診、
骨粗しょう症、リハビリテーション、
インプラント治療、訪問歯科診療

Doctors File
ドクターズファイル 特別編集

子どもから高齢者までの疾患に対応 地域で信頼されるクリニックをめざす

茨木市総持寺にあり各駅から徒歩圏内の「なごみ整形外科リウマチクリニック」。総合病院などの整形外科・リウマチ科の医師として研鑽を積んだ中谷宏幸院長が知識や技術を地域医療に還元するため令和4年に開院したクリニックだ。

「整形外科はもちろん、難治性疼痛、リウマチ性疾患、小児疾患に関連する疾患の治療を中心に注力しています。新しい診断や治療法を積極的に取り入れ手術以外の治療を幅広く提供できる場所をめざしています」

法士とこまやかな連携を取り、高齢者フレイルや変形性関節症など慢性疾患、スポーツで外傷・障害を負った患者の身体機能の回復のためのリハビリを行う。

骨折リスクが高くなる骨粗しょう症。同院では腰骨と大腿骨の骨量を測定するDXA（デキサ）法を用いた検査を実施。高齢者だけでなく、リスク評価に50代の女性にも受けてほしいと院長。ホームページでさまざまな疾患・症状に対する知見をコラ

ムで発信するなど啓発にも尽力。今後地域でのニーズが見込まれる訪問リハビリや予防医学、エイジングケアの分野を充実させたいそうだ。

「多くの患者さんに頼っていただき、地域のかかりつけ医としてやりがいを感じます。治療の場だけでなく、ヨガ教室などのイベントなども通じて皆さんの憩いの場になりたいです。運動器に関わる体の不調はこころ来れば何とかなる、そんな場所をめざしています」



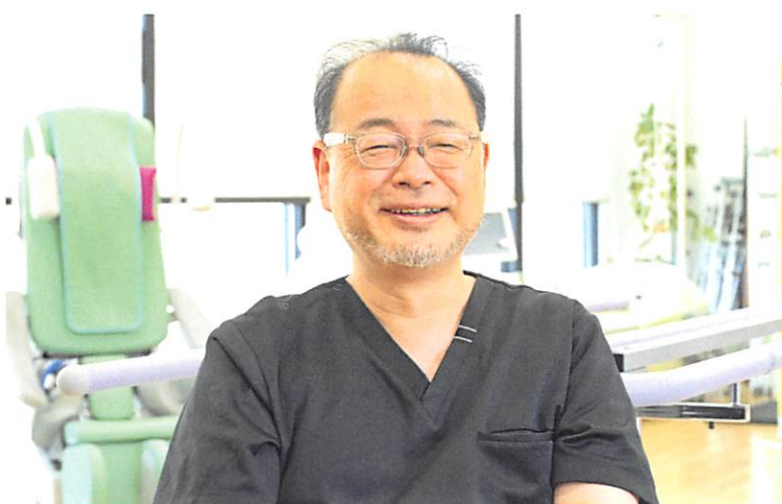
①乳幼児から高齢者まで、幅広い年代が訪れている同院 ②専門分野以外にも、さまざまな症状に対応

なごみ整形外科リウマチクリニック

整形外科／リハビリテーション科／リウマチ科

中谷 宏幸 院長 Nakaya Hiroyuki

大阪大学整形外科医局の一員として24年間、関連病院で整形外科・リウマチ科診療の経験を積む。JCHO大阪病院（旧・大阪厚生年金病院）のリウマチ外科担当部長を経て開業。整形外科・リウマチ科の専門分野に特化するのではなく、リハビリやペインクリニックを含めたトータルな診療をめざす。



多彩な運動療法と物理療法の 組み合わせで機能回復をめざす

同院のリハビリは、理学療法士と作業療法士が作成する患者の損傷の程度や今後の見通しを取り入れたプログラムに沿って、段階的に進める。体外衝撃波治療は、筋肉・腱の障害に対して強い衝撃を組織に与え修復を促す治療。機器によって筋肉や腱に対応し、足底腱膜炎をはじめとするさまざまな部位の治療に有用だ。院長は「多様な療法の組み合わせで、患者さんの運動機能の回復・改善をめざしています」と力を込めた。



③同院にはDXA法を用いた骨量検査機器が用意されている

DATA



Tel 072-622-4020

Add 茨木市総持寺1-3-2
総持寺クリニックビル3F

Parking 有（クリニックビル共有駐車場有。受付にて2時間無料券配布）

Closed 日／祝

Map P147 B-2

関連記事 P056

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	●	●	●	●	●	—	—	—
9:00～13:00	—	—	—	—	—	●	—	—
16:00～19:00	●	●	—	●	●	—	—	—



早期発見・早期治療で悪化を防ぐ

関節リウマチ

まずは知りたい！

関節リウマチとは

病原菌などを攻撃するはずの免疫が暴走して自分の体を攻撃し、関節や骨に痛みや炎症を起こす疾患のことです。指が腫れる・痛い・曲がらない・こわばるといった症状は、疲れや加齢が原因ではなく、関節リウマチの初期症状かもしれません。放置すると関節破壊が進行し、治療が難しくなったり、痛みが残ったりしますので、早めに専門の医療機関を受診しましょう。



なごみ整形外科
リウマチクリニック

中谷 宏幸 院長

医療機関の情報を詳しく！

P168

関節リウマチの初期症状について教えてください。

まず、ごく初期の段階では、朝起きたときに「手が握りにくい」といったこわばりを感じる場合があります。とはいえ、健康な人でも、就寝中に長時間手を動かさないと冷えが原因で、寝起きに動かしづらくなることはよくあります。そのため、朝のこわばりイコール関節リウマチとは限らないことも知っておいてほしいですね。そして、主な症状として多いのは手指や足指の関節の痛みや腫れです。最初は指を曲げ伸ばしたときにだるい痛みを感じる程度だったのが、次第に関節の強い痛みや腫脹に変化していきます。これらは四肢・骨盤のどの関節にも生じる可能性があります。初期症状はないものの、健康診断の血液検査で異常を指摘され、受診される人もいらっしゃいます。

指のこわばり、関節の腫れなど
初期症状に気づいたら
関節リウマチ専門医師に相談を

どのような人が、かかりやすいのでしょうか？

関節リウマチの発症は40〜50代の人で多く見られる疾患で、特に女性がかかりやすいといわれています。女性に多い理由は、免疫機構が男性よりも多様であるため、免疫システムに異常を来しやすいことや、ホルモンバランスの影響などが考えられています。現在、発症の明確な原因はわかっていませんが、遺伝的要因に加えて、喫煙などの生活習慣が関係しているとも指摘されています。また、近年では65歳以降の高齢者の発症も増加しており、好発年齢の平均が高くなっている印象です。高齢者だからといって軽症とは限らず、痛みや腫れが強く、進行が早いケースも少なくありません。さらに、高齢者はさまざまな合併症を抱えていることも多いので、治療を進める際は十分な検査が必要です。

早期発見・早期治療が大切だと聞きました。

関節リウマチは、関節破壊を抑えなければ進行し続ける可能性の高い病気です。関節の軟骨や骨の破壊は一度起こると元の形に修復するのが難しいとされています。寛解に導くためにも、発症早期の段階で診断し、適切な治療を行い、薬物治療を始めますが、予後を大きく左右します。具体的には、発症したタイミングから半年の間に治療を開始することが大切です。初期の関節リウマチは関節腫脹や変形といった症状が軽く、診断が困難な場合がありますが、骨の破壊を防ぐという意味でも、治療の反応性という意味でも、早期治療のメリットはとても大きいといえます。早期発見には関節のエコー検査が有用な場合があります。

関節リウマチの人が気を付けることはありますか？

まず禁煙は必須です。加えてストレスをためない、睡眠時間をしっかりと取るなど規則正しい生活を送ることが大事ですね。また、治療には関節破壊を止める目的の薬を使用するため、免疫機能が低下している高齢者は感染症にかかりやすくなるというリスクもあります。もともと呼吸器疾患がある人が、関節リウマチに長く罹患していると、肺の障害や感染症を起こす可能性が高まります。このように感染症のリスクが高い人は、それを踏まえた上で治療選択をしていかなければなりません。なお高齢者は、腎機能が悪くなっている人が多いので、使用する薬の種類や容量などを患者さんによって変えていく必要があります。



1. 血液検査を行い、定期的に炎症所見や全身状態をチェック 2. 関節炎の程度評価にエコーが有用なことも

Doctor's Advice

気になることがあれば遠慮せずに早めの受診を

関節リウマチは早期発見・早期治療ができれば、それほど怖がらなくても良い疾患です。「これぐらいの症状で受診してもいいのかな?」と思わず、少しでも心配になったら相談してほしいですね。当院のように設備が充実し、定期的な受診で迅速な血液検査が可能なクリニックでは最短10分程度で結果が出ますので、忙しい人でも治療を継続することができるでしょう。

Profile

中谷 宏幸院長

1998 年山梨大学医学部卒業。2006 年大阪大学医学部博士課程修了。大阪大学整形外科医局の関連病院を中心に約 24 年間、整形外科・リウマチを専門に研鑽を積む。すべての運動器疾患に関わる傍ら、紹介された手術症例に対する手術療法を中心に学んできた。2022 年開業。日本整形外科学会整形外科専門医、日本リウマチ学会リウマチ専門医。

なごみ整形外科リウマチクリニック

で受けられる診療

日本整形外科学会整形外科専門医・日本リウマチ学会リウマチ専門医の資格を持つ中谷院長が、適切な検査と診断をもとに、関節破壊を抑える薬物療法に加え、難治性疼痛にさまざまなブロック療法を提供。同時に、リハビリテーションなど総合的なケアにも注力する。「必要に応じて、エコーガイド下で治療を行います。関節炎や関節破壊による機能障害が出ている場合には、リハビリテーションも併用しています」。同院では、セラピストが患者から状況や要望を丁寧に聞き取った上で、一人ひとりに合ったプログラムを組み、自宅でも運動を続けられるよう指導。時には適切な

な装具の着用を提案するなど、日常生活のサポートも大切にする。関節リウマチの他に脊椎関節炎など幅広い疾患に対応しており、わかりやすい説明と治療で地域住民の生活を支えている。



▲広々としたリハビリテーション・物療室。充実した環境だ