

# +Plus

プラス

2025 夏号 **40**

特集

経験を積み  
スキルを磨く  
協立のチーム心外

しんげ





左から：心臓血管外科 竹林 聡医師、青木 雅一医師、谷島 義章医師、窪 啓嗣医師

松本市を中心に中信地域で「断らない医療・関わり続ける医療」を展開する松本協立病院。第15回の「おしえて!ドクター」では、心臓血管外科診療部長の青木 雅一医師と、2024年に着任した窪 啓嗣医師が、同科の研修・教育環境について話しました。

## 窪 啓嗣(くぼ ひろつぐ)

診療科：心臓血管外科

出身地：広島県広島市

経歴：福岡大学医学部卒

2020年度 広島共立病院

2022年度 小倉記念病院

2024年度 - 現在 松本協立病院

加入学会：日本外科学会、日本胸部外科学会、日本心臓血管外科学会、  
日本血管外科学会、日本静脈学会、日本臨床外科学会

趣味：モータースポーツ、スノーピー、旅行

SNSもやってます！



Instagram



エックス

### ひとこと

長野県の循環器医療に貢献するため、日々精進しています。当院では低侵襲心臓手術も積極的に行っており、小さい傷で心臓手術が可能です。いつでもご相談ください。  
なお、診療ついでに車のセッティング相談も可能です！

経験  
を積み  
スキル  
を磨く  
協立  
のチ  
ーム  
心外



## 心外の最先端と、多様な症例を学べる環境

**窪** 新しい手術を積極的に取り入れている当院の心臓血管外科で、青木先生のもとで専門医研修を受ける今の環境は、症例も多くて勉強になっています。

**青木** 窪くんはすごく練習もするし、真面目だよ。患者さんに対しては、もっと笑顔で、大きな声で話してほしいかな(笑)。経験を積まないとなかなか自信持って話せないだろうけど。

**窪** はい、「声が小さい」というのはほかの指導医の先生にも言われています(笑)。最近、青木先生が他の病院の手術にも助手として連れて行ってくださって。やはり違う病院・先生のやり方・見方を経験すると新しい発見もあって、とても有意義です。

**青木** 今、何力所かの病院へ手術に行かせてもらっていますが、やはり、より若い人に経験を積んでほしいので。すごく活躍してくれて助かってますよ。

## 地域の中核病院である協立の心外のこれから

**窪** 個人としては、心臓血管外科でまだ何年も経っていないので、基礎的、典型的な手術をひととおり学ぶことがまず目標です。

**青木** 当院でも内視鏡を使う手術がメインになってきていますが、胸を開く手術よりも、技術としては難しい。ただ、脳梗塞予防に効果が高い「内視鏡下左心耳切除術」はリスクの高くない手術として確立しつつあって、「心外の内視鏡手術の入門編」として、経験してもらうこともあるよね。

**窪** 地域の中核病院という規模だからこそ執刀のチャンスを得られるのはとても学びになります。心外チームの年上の先生方に支えられているところもあるので、自分自身もっとステップアップしないといけないなと。

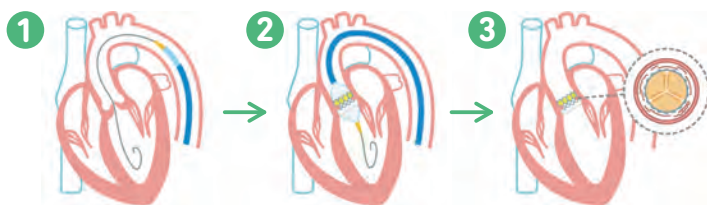
**青木** 私たち世代の後を引き継ぐ若い医師にもっと来てもらって、多くの症例や最先端の手術を経験してもらいたいですよね。

## Dr.窪 & 青木の けんこう ミニ講座

### 体の負担が最も少ない 最新の治療！ カテーテルで行う 大動脈弁留置術(TAVI)

心臓の出口にある大動脈弁が硬くなる「大動脈弁狭窄症」は、70代以降の高齢者に増え、突然死につながることもある病気です。当院ではこの病気に対し、カテーテル治療「TAVI(タビ)」を提供できるようになりました。この治療法の最大の特長は、体への負担を最小限に抑えられる点で、多くの方が手術の翌日からご自身の足で歩き、お食事をとることも可能です。

日本でもカテーテルによる治療は全体の約6割を占めるようになり、一般的な選択肢となりつつあります。そのため、今まで体力の問題などから「手術は難しい」と言われていたご高齢の患者さんなどにも、新しい可能性が開けています。



- ① 首や太ももの血管からカテーテルを入れ、大動脈弁の近くまで生体弁を運ぶ
- ② 弁を付けたステント(金属製の網目状の筒)を広げ、治療する弁の位置に植え込む
- ③ カテーテルを抜き取り、手術終了

手術時間は約1~1.5時間。  
経過が順調なら術後数日で退院できます。

TAVIのデメリット、また適用できないケースもあります。  
まずはご相談を！



マウンテンドクターが教える！

最低限知っておきたい

# 登山の心得

part 1



山岳医療がテーマのTVドラマで医療監修を担当した“リアルマウンテンドクター”、循環器内科の市川智英医師が、ふだん山へ持っているマストアイテムを紹介しながらアドバイス！

## 山で体調不良…ケガをした…！ 見るべきポイントと対処

まず大事なのは「命の危険があるかどうか」を判断すること。脈が触れない、大出血している、安静にしているのにゼイゼイとした呼吸、話すことがおかしいなど意識の状態が悪い。これらのうち一つでも当てはまれば、ためらわずにすぐ救助を要請しましょう。

これらがどれも当てはまらない——例えば出血していても少量などの場合は、命に関わるほどの緊急性は低いので、ケース・バイ・ケースで対応します。ケガの場合で言えば、◎皮膚が白くて血が通っていないさそうな部位がある ◎触っても感覚がおかしい・わかりづらい ◎動かせない・動

かしづらいなどの症状がある時は、後遺症が出てしまうこともあるのでできるだけ早めに下山して診察を受けましょう。

体調不良の場合は、原因を自分なりに考え、必要な対処をします。多くの場合、脱水やカロリー不足、疲労、標高の高い山であれば高山病などが理由として考えられます。中でも脱水は要注意です。朝起きてから登山口に着くまでにしっかりと水分を取っておく必要があります。最低500cc、できれば1リットルは飲んで、一度トイレに行ってから登るようにすると安心です。「自分は何時間歩いたら何cc飲めばいいか」は、目安の計算式もあるので、事前に知っておくことが大事です。雨風がしのげる安全な場所に移動して、水分やカロリーを取り、しっかり休憩すれば、体調不良の多くは数時間で回復します。



## マウンテンドクターの リュックの中身見せてください！

今回は一般的に手に入れやすいものをご紹介します！



① ニトリル手袋 ケガ人を治療する時の感染予防。すぐ出せる所に。

② テーピング類 伸縮性のあるもの、ないものを両方。捻挫の仮固定や、痛む膝のサポーター代わりに。すり傷程度なら傷の辺りに「自着テープ」を巻きます。留め具いらずで包帯代わり。100均でも買えます。

③ 飲用水のボトル ハードボトルは飲む時用。小さくたためるタイプは保管用。山にはいつも、自分が飲む量＋傷の洗浄にも使えるよう500ccほど余分に持参します。

④ ワセリン 傷口を水で洗った後、傷を覆うように塗ります。傷口を保護するのにとても役立ちます。

⑤ 穴を開けたペットボトルキャップ ペットボトルなど水の容器に付けると、水量・水圧を調節しながら、傷口を洗うことができます。



表紙の人

窪 啓嗣 医師

ラードライバーとしての顔も持つ窪医師。病院では穏やかに患者に寄り添い、ラリーでは豪快にアクセルを踏み込む。冷静さと瞬発力を兼ね備えた頼れる若手医師です。



松本協立病院

MATSUMOTO KYORITSU HOSPITAL

〒390-8505 長野県松本市巾上9番26号  
TEL 0263-35-5333 FAX 0263-36-0370

