

洛和会丸太町病院 地域連携ニュース

4
2025
April

〒604-8401 京都市中京区七本松通丸太町上ル TEL 075 (801) 0351(代) <https://www.rakuwa.or.jp/maruta/>

洛和会丸太町病院

泌尿器科のご案内

▶ 洛和会丸太町病院 泌尿器科 副院長 **かねみつ のりゆき**
兼光 紀幸

専門分野

泌尿器科一般
男性性機能障害

専門医認定・資格など

日本泌尿器科学会専門医／指導医
日本性機能学会専門医、京都府立医科大学客員講師
インфекションコントロールドクター（ICD:感染制御ドクター）

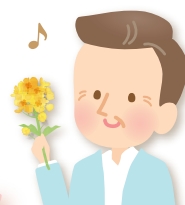


泌尿器科では、排尿障害の診療をしています。その障害の原因疾患として、前立腺肥大症、前立腺がん、過活動膀胱、神経因性膀胱などが挙げられます。前立腺は男性にのみ存在し、中高齢の男性では、前立腺が腫大することによって、尿道や膀胱を圧迫し、排尿障害を起こすことがあります。前立腺疾患に対する検査は、形態的な検査である超音波検査やMRI検査、尿流動態検査の中から尿流量測定や残尿測定、前立腺がんの血液検査である血清PSA（前立腺特異抗原）値の測定などを適切に組み合わせて、診断・治療に当たります。

過活動膀胱は、とても強い尿意が突然来るため、トイレまで待たなになってしまう疾患です。いろいろな原因が考えられますが、原因を究明した後に適切な治療を行うことで、排尿状態の改善が期待できます。

尿が近いのは年齢のせいばかりではなく、疾患が隠れていることがあります。排尿のお悩みが、生活の質を低下させることがないように、何か気になることがあれば、泌尿器科の受診を検討してみてください。

その他にも、尿路結石症の診療も行っています。尿路結石症には腎結石や尿管結石、膀胱結石など、それぞれの部位や大きさによってさまざまな治療法が考えられます。当院ではレーザープローブを使用した結石破碎術を実施しており、症状に対してその手術が最善と判断した際に、お勧めしています。他に良い治療法が考えられる時には、最適な治療を行っている病院への紹介も積極的に行っています。健康診断などで尿路結石を指摘された際には、当院泌尿器科への受診をご検討ください。



外来担当医表 泌尿器科

土曜・日曜・祝日・年末年始（12月30日～1月3日）は休診です。

時 間	月	火	水	木	金
午前8時30分～正午 （木曜日は午前11時30分まで） ※病気の性質上、初診の患者さんは、 ご予約ください。	兼光 紀幸 （※男性不妊・ 性機能外来併診）	兼光 紀幸 （※男性不妊・ 性機能外来併診）	兼光 紀幸 （※男性不妊・ 性機能外来併診）	担 当 医	兼光 紀幸 （※男性不妊・ 性機能外来併診）

お問い
合わせ

洛和会丸太町病院 泌尿器科
TEL 075(801)0351(代)



洛和会丸太町病院公式LINEでは
最新情報を定期的に配信しています





「朝ごはん」 きちんと食べていますか？

洛和会丸太町病院 栄養管理室 副係長 かしわぎ るり 柏木 瑠莉



朝食の役割

▶ 集中力や記憶力の向上

朝は、前日の夕食から時間が経っており、脳や体のエネルギー源となる炭水化物が不足している状態です。朝食を抜いてしまうと脳にエネルギーが供給されずに頭がぼーっとしたり、イライラして集中できないといった弊害を招きやすくなります。

▶ 太りにくい体質作り

メカニズムは諸説ありますが、朝食の欠食率と肥満率の高さには相関があることが研究で解明されています。朝食を抜いてしまうと昼食や夕食での血糖値が急上昇し、摂取した糖を体脂肪として溜め込みやすくなることや、空腹時の食べ過ぎにより肥満につながります。

▶ 自律神経の調整

朝食を食べることで体内時計が正常に働き、自律神経やホルモンの働きを正常にしてくれます。よい朝食はよい睡眠につながり、不眠やうつ、情緒不安定の予防にも効果があります。



▶ 便秘予防

朝食を食べることで、胃腸が刺激を受け、便が送り出されます。生活リズムを整えることにより、排便のリズムが作られます。



朝日と朝食でリセット！

- **朝日を浴びて**
脳の主時計を目覚めさせる
 - **朝食を食べて**
消化器官にスイッチが入り体温が上昇する
- ↓
- 体内時計を整えることで健康な1日が始まる

まずは簡単な朝食から

ステップ1

現在、朝食を食べていないという人は、まずは食べる習慣づくりから始めていきましょう。果物やヨーグルト、野菜ジュースなど手軽に準備できるものからでOK。

ステップ2

すでに朝食を食べる習慣がある人は、たんぱく質がとれる食品を選択するよう心掛けましょう。例えば、おにぎりなら昆布より鮭を選択したり、トーストにはバターやマーガリンよりもチーズを乗せるのがおすすめです。朝は食欲が湧かずご飯だけ、パンだけとなりがちですが、おかずにウインナー・目玉焼き・納豆・冷奴など良質なたんぱく質がとれるものをメニューに取り入れると◎。

ステップ3

休日など時間に余裕のある日は、「主食・主菜・副菜」が揃えられるよう野菜やきのこ、海藻類などの副菜を取り入れられると良いですね。朝から準備するのが大変な場合は、前日の食事を取り分けておいたり、常備菜を用意しておくことで充実した朝食になります。

朝食を食べる時間を確保するためにも早寝早起き、規則正しい生活リズムを習慣づけることが大切です。



当院では24時間365日、急患・救急診療に対応しています。また、受け入れ可能な医療機関が少ない
耳鼻科の夜間救急にも対応しています。(月～金曜日 午後7時～11時) <https://www.rakuwa.or.jp/maruta/kyukyu/>

お問い合わせ

洛和会丸太町病院 地域連携課 TEL 075(801)0351(代)