

# (医)中村整形外科リハビリクリニック

**整形外科**は、骨・関節・靭帯・筋肉・脊椎（背骨）・脳以外の脊髄、末梢神経・心臓大血管以外の末梢血管を対象としています。すなわち、脊椎（背骨）及びその中にあります脊髄と上肢・下肢の全ての組織（骨・関節・靭帯・筋肉・神経・血管）を扱います。

**外科**は、胸部（心臓、肺）と腹部（胃、腸などの内臓器）を扱う科で整形外科とは全く異なる領域です。

院長：中村 巧（たくみ）・61才・医学博士。

履 歴：昭和57年徳島大学医学部卒業。同大学整形外科学教室に入局研修（1年）。  
高松赤十字病院（700床・京都大、徳島大系）、香川県三豊総合病院（600床・岡山大系・2年）  
大分中村病院（300床・九州大系・2年・日本最大授産施設太陽の家の母体病院・毎年大分で開催の国際車椅子マラソン開催病院）、国立高知病院（200床・徳島大系・1年）、徳島大学医学部附属病院（800床・3年）を経て、国立病院機構兵庫中央病院（三田市・500床・神戸大系・5年）整形外科科長・理学診療科医長・副医局長として勤務。県庁所在地を中心とした各地区基幹病院で、様々な大学出身の色々な医師と仲良く楽しく仕事をして参りました。兵庫中央病院勤務時には発起人となり三田地区整形外科勉強会を発足し、三田市民病院、済生会神戸病院、柏原赤十字病院、整形外科開業医（三田市）の合計約25名で3ヶ月に1回症例検討会を行い、幹事・司会を担当していました。平成8年に当院開院（40才時）。21日目です。

専 門：脊椎（頸椎・胸椎・腰椎・仙椎）、関節（膝・股・肩・肘・足・手首・手など）、  
スポーツ整形外科、関節リウマチ、リハビリテーション医学、抗加齢医学。抗肥満医学。メタボ・ロコモ対策。  
認定医：日本整形外科学会認定医・スポーツ認定医・リウマチ認定医、日本リハビリテーション学会認定医、  
日本抗加齢医学会評議員、日本プライマリ・ケア連合学会 メタボ・ロコモ対策ワーキンググループ委員、  
所属学会：日本整形外科学会、日本リハビリテーション学会、日本肥満学会、日本抗加齢医学会、日本骨粗鬆症学会、  
日本プライマリ・ケア連合学会。

スポーツ歴：野球・水泳・陸上。小・明石市立大久保中学校（4番・ショート）・高（県立明石高校硬式野球部3番サード）、大学（医学部準硬式野球部4番センター・キャプテン）、職場と常にプレイ。現在も「おっさん野球」をプレイしています（笑）。水泳（小5：2.5m自由形西宮市1位、小6：2.5m、5.0m自由形京都市1位）ジョギング、テニス、水泳、コンピューター。日本マスターズ陸上にも出場（100・200m、走幅跳）公益法人日本マスターズ陸上競技連盟 普及広報委員会部長も務め、国民スポーツの醸成を推進しています。一般の整形外科医では行えない投球・バッティングフォーム・水泳フォーム指導などのスポーツフォーム指導も可能です（オーバーユースというより「フォーム改善」という考え方です）。

抱 負：整形外科医、スポーツ医、リウマチ医、リハビリテーション医として専門的に貢献したいと考えています。十分なる説明を心がけており、インフォームド・コンセント（説明と同意・納得治療）のさらに発展したインフォームド・ディシジョン（説明と患者が決定）を目指しています。

診 断：最新の超音波エコーによる整形外科疾患、スポーツ障害の検査にて詳細かつ正確な診断を行います。肥満或いはメタボリックシンドロームの方に頸動脈エコー、下肢深部静脈エコー検査も行い血管評価に力を入れています。MRI・CTは他病院に依頼します。血管脈波伝導速度計測で血管年齢（動脈硬化の程度・末梢循環の程度）を計測できます。骨塩量測定器（DEXA）で骨粗鬆症を定量的に測定します（1分）。最新機器を使い最先端の診断を行います（年間200名以上のMRI検査は依頼しています）。

治 療：保存的治療の最先端を追求します。一般的整形外科で行われている物理治療（ホットパック、マイクロ波、低周・干渉低周波、パラフィン浴、牽引、メドマー、レーザー、キセノン、ウォーターベッド）のみでなく、運動治療（ストレッチング、有酸素運動、筋肉トレーニング）による積極的なリハビリテーションを行い、根本的・根治的な治療・予防をめざします。骨折に対しては高度先端医療に指定している低出力超音波治療器オステオトロンⅢによる骨癒合促進をはかっています。また、理学療法士による各疾患の機能改善をはかります。国民病である肥満、糖尿病、高血圧、高脂血症、動脈硬化、虚血性心疾患等の生活習慣病に対する管理栄養士による栄養教室、有酸素運動（エアロビク的な運動）、アメリカ直輸入の油圧式マシンによる全身のパワーリハビリも積極的に行っています。減量・運動により生活習慣病を予防・治療し、薬による治療を回避することを目指しています。日本プライマリ・ケア連合学会のメタボ・ロコモ対策ワーキンググループの委員を務め、若手内科医の教育にも関わっています。抗加齢医学（肥満外来、メタボリックシンドローム外来、血管外来、骨粗鬆症外来、禁煙外来）に力を入れています。フレイル（虚弱）に対する積極的トレーニングを行っています。マッサージなどの東洋医学も取り入れ、西洋医学との融合を目指しています。

紹 介：大きな手術が必要な時、或いはセカンドオピニオンを希望される方はご遠慮なくお申し出下さい。京都大学附属病院、兵庫医科大学附属病院、大阪大学附属病院、神戸大学附属病院、兵庫県立尼崎総合医療センター、大阪市総合医療センター、北野病院、関西労災病院、大阪病院（旧大阪厚生年金病院）、市立川西病院などに紹介いたします。

- ・理学療法士（2名）による運動療法（関節機能訓練、調整訓練など）予約制（毎日）。
- ・理学療法士による訪問リハビリ（毎日）。
- ・管理栄養士（3名）による栄養教室（毎日、予約制）：個別指導で1ヶ月に1回、約70%の方が減量、約3000例を行い日本のトップランナーです。TBS（報道特集）、テレビ東京：主治医が見つかる診療所（草野仁・東野幸治司会）に10回出演、テレビ朝日（ビートたけしのTVタックル）などで全国的に放送されました（2014年）。
- ・マッサージ（7分間）：毎日 午前診（先着45名様）、午後診（先着20名様）。
- ・フットセラピー・リンパマッサージもご相談下さい。
- ・院内処方のため薬局に行く手間が省け、院外処方に比べて自己負担金額が軽減されます。
- ・通所リハ施設（中村整形外科通所リハビリセンター・ディケア、送迎あり）美山台ミニコープ横
- ・通所介護施設（トレーニングに特化したディサービス、全身の鍛えられる所を全て鍛える）
  - ①中村整形外科アクティブエイジングセンター：短時間型/長時間型（送迎有り、入浴有り）  
能勢電鉄日生中央駅（ダイキの北側・目前）TEL/FAX（072）767-1693
  - ②中村整形外科アクティブ・アンチエイジングセンター・サテライト（送迎あり）  
能勢電鉄山下駅前（アークビル2階・1階スーパー）TEL, FAX（072）795-3430
  - ③中村整形外科ハッピーエイジングセンター（送迎有り）  
大阪府豊能郡豊能町ときわ台4丁目（吉川交番より北へ徒歩1分）TEL/FAX（072）738-2778
- ・兵庫県サッカー協会北摂地区担当医を務め、サッカー指導者養成の講習委員を担当。
- ・図書コーナーには、医療に関する新しく、面白く、役立つ本を随時購入（貸出期間は2週間）。

〒666-0151 川西市美山台3丁目3-2  
 阪急日生ニュータウン・美山台クリニックセンター内 駐車場完備  
 TEL・FAX 072-795-2711  
 ・日生中央駅より北東約1.3Km（上り坂のため徒歩20分）  
 ・阪急バス4番乗り場から64番伏見池公園行或いは65番カリオンの丘行き乗車（約3分）  
 深山（みやま）池公園北で下車 徒歩1分

HomePage <http://www16.tok2.com/home/nakamu32/>

ユニークなホームページですので、是非 ご覧になって下さい。



腰痛、椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症、骨粗鬆症、  
 膝関節痛、関節リウマチ、各種関節痛、手足のしびれ、  
 痛み、冷感、首の痛み、側わん、円背（背中が丸くなる）、  
 肩こり、五十肩、骨折、脱臼、捻挫（靭帯損傷）、スポ  
 ツ外傷・障害、手足のけが、切傷、火傷、打撲、むちうち  
 （頸椎捻挫）、爪・皮膚化膿創（爪周囲炎、キズ、おでき、  
 できもの、水虫、うおのめ）、いぼ、腫瘍、肥満、小児の  
 四肢発育障害、成長痛、先天性股関節脱臼・内反足・筋性  
 斜頸、生活習慣病（肥満・高脂血症・高血圧・痛風・糖尿  
 病・動脈硬化）

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00)	○	○	休診	○	○	○
午後 (16:00~19:00)	○	○	休診	○	○	休診