

街の お医者さん HELLO! DR.

このコーナーではつくば市の
ドクターを毎月ご紹介し
ています

文/太田 恵子 写真/春田 秀

整形外科・リハビリテーション科 しみず整形外科 リハビリクリニック

診療時間 9:00~12:30 14:30~18:00
休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
電話 029-870-2202
所在地 つくば市大宝喜728-1
<http://www.shimizu-orth-reha.com/>



院長 しみず けん
清水 顕

院長経歴

- 平成10年 杏林大学医学部卒業
筑波大学附属病院 整形外科レジデント
- 平成11年 国立身体障害者リハビリテーションセンター病院
整形外科・リハビリテーション科レジデント
- 平成12年 国立霞ヶ浦病院 整形外科医員
- 平成13年 国保多古中央病院 整形外科医員
- 平成14年 筑波記念病院 整形外科医員
- 平成15年 筑波大学附属病院 整形外科レジデント
茨城西南医療センター病院 整形外科医員
- 平成18年 龍ヶ崎済生会病院 整形外科部長
- 平成21年 なめがた地域総合病院
リハビリテーション科部長兼整形外科部長
- 平成27年 しみず整形外科リハビリクリニック開院

日本整形外科学会認定専門医
日本リハビリテーション医学会認定臨床医
日本体育協会公認スポーツドクター
日本水泳連盟医事委員会委員



開院から丸1年。骨折や捻挫、頸・肩・腰・膝などの痛み、手足のしびれ、スポーツ障害、骨粗鬆症などで悩む患者さんが連日詰めかけ、地域になくてはならないクリニックとして定着している。「腰や膝の痛みを抱える方の多くは、最先端の手術より、痛みを相談する場所を求めています。ですから気軽に足を運べる、地域の保健室的な役割を担いたいと考えて開業しました。軽い痛みや違和感でも、このまま様子をみていて大丈夫かどうか確認のために来ていただいで大丈夫ですよ」とこやかに話す清水顕院長。

大きな特徴は、リハビリを中心とした治療をしている点だ。悩みを丁寧に聞き、きちんと検査をしたうえでどのような治療の選択肢があるかを伝えると、患者さんの多くは投薬や注射よりもリハビリを選ぶという。「リハビリには、痛みを取る消炎鎮痛処置から、痛みが出ないようにするための筋力トレーニングやストレッチまでさまざまな種類があります。患者さん自身の頑張る必要があるので、リハビリが必要な意味を説明し、ご自宅でも正しいトレーニングに励んでいた内には最新機器やベッドが並ぶリハビリ室が完備され、国家資格を有するリハビリスタッフ5人が施術にあたる。



最新機器を備えた広いリハビリ室

このようにリハビリを主体とする個人クリニックは珍しいが、これは清水院長の信念を形にしたもの。清水院長は、国内最大規模の国立身体障害者リハビリテーションセンター病院などに勤務し、重い障害を負った患者さんが心身ともに改善されていく様子から、リハビリの持つ大きな力を目の当りにしてきた。そうした経験を地元で役立てようと、つくば市内で最も高齢化率が高い荊崎地区に開院。大駐車場を備えると同時に、つくタクをはじめ、コミュニティバスの「つくバス」「かつば号」、路線バスなど公共交通機関で通院できる立地を選んだ。「患者さんから、ここで開業してくれてありがとう、と言われると嬉しいです」と笑顔をみせる。もう一つの特徴は、スポーツ医としての活躍だ。清水院長は小

中学校の頃から水泳、バスケット、陸上競技などに励み、現在も水泳大会などに出場するスポーツマン。スポーツによるけがで通院した経験が、整形外科医への道につながったという。「スポーツ禁止と言うのは簡単ですが、自分の経験上、痛みがあるけれど試合に出たい、という選手が、どれくらい練習をしてから大丈夫か、的確に判断しアドバイスをしています」加齢による痛みからアスリートのケアまで、幅広く対応する清水院長。豊富な経験に裏打ちされた守備範囲の広さで、地域のリハビリ医療を支えている。

