

地域医療支援病院・地域がん診療連携拠点病院・臨床研修指定病院（管理型）



労働者健康福祉機構 新潟労災病院

〒942-8502 上越市東雲町1-7-12 電話：025(543)3123

遠い日の記憶

副院長 富士原 秀 善

昨秋、学会の帰りに浜松駅のホームで東京行きの新幹線を待っている時のことでした。のぞみ号が目の前を通過、最後部車両のこちらを向いたノーズが自分からものすごいスピードで遠ざかっていく様をみて、自分の幼い頃の友、マー君を思い出しました。マー君といってもプロ野球楽天の田中将大投手ではありません。

5歳の頃、夏のことでした。大雨をもたらした台風の過ぎ去った翌日、強い日差しが照りつける中、「川に遊びに行っちゃいけないよ」と言われていたのに、私は、マー君を誘って、いつも遊びに行っていた川に行きました。幅は10メートルほど、普段は場所によっては川底の石が見えるくらいの川でした。幅2mほどのコンクリート床の用水路が川に注ぐ水門があり、いつもは用水路は5cmほどの水の深さで、小さなエビがいました。川岸は、コンクリート護岸ではなく自然のままでした。その日、水位が増して、いつもは歩ける幅60cmほどの川岸は、なみなみと流れる泥水で覆われていました。水際から川岸の土づたいに水路を手で掘ってザリガニをそこに入れようという話でした。突然、マー君が、「あっ、エビガニッ！」と言ったかと思うと、次の瞬間彼は、水の中に飛び込んでいました。そして、増水して速くなった流れに飲み込まれ、あっという間に私から遠ざかって行きました。数時間後、下流の橋に掛けられた網にかかっている彼が発見されました。私の記憶にある彼の顔は、棺に入った彼の深緑色と土色が混ざった顔でした。



大学を卒業後に私は、彼の霊前に向かい、彼に対して自分から約束してきたことを再び誓いました。彼の分も生きることです。私自身、一步間違えば死んでいたかもしれない状況には、何度も遭遇し、また、死んだ方が楽だと思ったこともあります。あの日、私が誘わなければという後悔の念に悩まされ、彼の短い命に比べれば自分は今までただ生きてきた、と夜中に時々思い出します。



真実はいつも一つ！？

内科医師 安 泰 善



漫画名探偵コナンでの主役のコナンのセリフの一つに「真実はいつも一つ！」という名文句がある。漫画の内容は高校生の頭を持った小学生のコナンが、巧みに証拠集めをして難事件をサクサクと解決し続けるという短編が永遠と繰り返されるものである。

ところがわれわれの生きているこの現実世界では漫画の様にうまくいかない。真実はよくわからないし、事件（病気）の解決（治療）もうまくいったりいかなかったりである。

先日、あるきっかけがあって糖尿病の食事療法について新しい考え方があることを知った。従来の糖尿病の食事といえば、いわゆるカロリー制限といわれるもので食事の組成は変えずに全体の量を減らすものである。いわゆる「食事を減らせ、やせろ、運動しろ！」で、実践するのは結構きつい。常に食べ物を前にして「待て！」をさせられている犬状態である。それに対して新しい糖尿病の食事療法は糖質（炭水化物）制限食というもので、ごはん、パン、うどん等の炭水化物を大量に含むものを減らし、逆に肉、魚、野菜などの食材についてはかなり自由に摂取しても OK という食事療法である。新しいもの好きの私は早速この食事療法を実践してみたところ、おもしろい結果が得られた。肉を食べても食べても太らずどんどんやせていくのである（1ヶ月で-4kg）。従来、欧米型の肉食に日本人も移行して、肥満、高脂血症、高血圧、糖尿病等の生活習慣病が増加していたと信じられていたが、実際ごはんを減らし肉食に移行した私はやせまくり、全く逆の結果が得られた。病院の外来では何人かの糖尿病または肥満の患者さんにこの食事療法を実践してもらっているが、カロリー制限食より効果がでてきている者が何人もでてきている。

この糖質制限について海外の文献でも、その効果についてカロリー制限よりもダイエット効果および血糖低下効果が高いとの報告がでており私の実感から食事のあり方、常識についてのパラダイムシフトが今後起こるのではと感じている。

お米というのは、日本人の主食で食べるのは当然であるというドグマをわれわれは持っている。生まれてから毎日毎日、ごはん、パン、うどんを食べ続け、植物由来だから体にいいという幻想をもっている。私の中学校の先生はごはんには栄養たっぷりだから、人間はごはんだけでも生きていけるとも言っていた。ちなみに大学医学部では栄養学についてほとんど学んでおらず、私も最近まではごはんを中心の食生活に全く疑問を感じることはなかった。

本当の真実は一つであると思うが、医学の真実（常識といったほうがよいか？）は最近では数年で変わることもあり、一つであるとの実感をもてない。治療方法もよく変わる。昨日食事療法の説明で、ある患者さんに「医者によって言っていることがみんな違う。何を信じていいかわからない」といわれた。全くもって、ごもったもな意見である。

=== 病院で診察を受けられる患者様にお願いします ===
受診の時は必ず「お薬手帳」を持参してください



お薬手帳には、血圧の薬、血糖を下げる薬や血を固まりにくくする薬などの情報が書かれています。それらは手術や検査をする時に必要になりますので医師に見せてください。治療をするときに患者様のお薬はとても大切な情報です。

病院においてになるときは、お薬手帳とお薬の一覧をお持ちいただけるようご協力をお願いいたします。



新潟労災病院の理念

“働く人の健康を守り、地域の急性期医療に貢献します”

新潟労災病院の基本姿勢

1. 良質で安全な医療を行います。
2. 患者の権利を尊重し、患者中心の医療を行います。
3. 地域の急性期医療を担当する高機能病院として、救急医療を行います。
4. 働く人の健康を守ります。



患者さんの権利

新潟労災病院は、患者さんが次の権利を有することを確認し、これを尊重いたします。

1. 人間としての尊厳をもって医療を受ける権利
2. 当院の提供する良質で安全な医療を受ける権利
3. 自らの健康状況を理解するために必要な情報を、当院から得る権利
4. 当院の提供する医療の内容および予測される結果について説明を受ける権利
5. 他施設の医療者の意見（セカンドオピニオン）を求める権利
6. 当院から必要な説明を受けたうえで、自分の自由な意思に基づいて選択し、あるいは拒否する権利
7. 診療に関する記録の開示を求める権利
8. プライバシーが保たれる権利
9. 医療費の報告および医療費の公的援助に関する情報を受ける権利

私たちの職場 手術室

当院の手術室は、今年度から名称が“中央手術部”となり、まさに院内の手術全般を請け負っています。室数は7室、麻酔科専門医2名、臨床工学技士2名、看護師17名、看護助手1名の体制で手術に対応しています。

年間手術件数は、20年度は2794件、21年度は前年を上回る見込みです。今年度から麻酔科専門医の常勤が2名となったことで麻酔管理が充実しました。

私たちの診療・看護理念は“安全・安心・快適”な手術の提供です。麻酔科医と担当看護師による術前、術後訪問を行い、患者様の不安の軽減や手術中の要望に応えるよう努力を重ねています。また、開かれた手術室を目指し、各診療科医師との連携、病棟間の連携・情報交換を大切にしています。手術見学や特殊処置の見学・研修などにも柔軟に対応しています。

私たち手術室スタッフが、何よりも大切にしているのが、コミュニケーションです。限られたスタッフで、効率よく安全に手術が展開できるように、手術室スタッフや関連職種の、気持ち良いコミュニケーションを通じ、更に安全で快適な手術が提供できるようにしていきたいと思っています。



3月 一日ドック等の予約状況

平成22年2月22日現在

項目	日にち																			
	1月	2火	3水	4木	5金	6土	7日	8月	9火	10水	11木	12金	13土	14日	15月	16火	17水	18木	19金	20土
特定健診	-	○	○	○	○			-	○	○	○	○			-	○	○	○	○	
一日ドック	-	○	○	○	○			-	○	○	○	○			-	○	○	○	○	
女性専用外来	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-			-	○	-	-	-	
睡眠時無呼吸外来	○	-	-	-	-			×	-	-	-	-			×	-	-	-	-	
禁煙外来	-	○	-	-	-			-	○	-	-	-			-	○	-	-	-	

項目	日にち										
	21日	22月	23火	24水	25木	26金	27土	28日	29月	30火	31水
特定健診			○	○	○	○			-	○	○
一日ドック			○	○	○	○			-	○	○
女性専用外来			-	-	-	-			-	-	-
睡眠時無呼吸外来			-	-	-	-			○	-	-
禁煙外来			○	-	-	-			-	○	-

○予約可能 ×空き無し

* お申込み・お問い合わせ 空き状況等をご確認の上お申し込みください。

医事課医事係 小松 TEL025-543-3123 内線 1233



一日ドック検査項目

●基本検査 42,500円(税込)

項目	内容	項目	内容
身体計測	身長 体重 BMI(体格指数) 腹囲	生化学	総蛋白 アルブミン 総ビリルビン クレアチニン 尿酸
生理	血圧(2回) 心電図 心拍数		総コレステロール 中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール
	眼底検査(両眼) 眼圧検査 視力検査		GOT GPT γ-GTP ALP
	聴力検査		空腹時血糖値 HbA1c
呼吸機能検査		血球	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値 MCV MCH MCHC
尿	尿蛋白 尿糖 尿潜血 PH 比重		白血球数
胸部 腹部	胸部X線 胃内視鏡(経鼻内視鏡) 腹部超音波		血小板数
便	便潜血(2回分)	血清	CRP
診察	内科診察 質問 情報提供		血液型(ABO) 血液型(Rh)

●オプション検査

項目	内容	金額(税込)
睡眠時無呼吸検査 (要予約)	強いいびき、昼間の眠気、睡眠中に呼吸が止まるなどの不安をお持ちの方にぜひおすすめします。	5,250円
内臓脂肪測定検査	CT検査にてへそのまわりの皮下脂肪と内臓脂肪を直接測定するものです。	3,150円
肺がんCT検査	肺がん、アスベスト(石綿)健康被害の有無等を調べるのに最も有効です。喫煙をやめられない方、肉親にがんの人がいる方はとくにおすすめします。	9,000円
乳がん検査	乳腺の触診とX線撮影のセットです。40歳を過ぎたら2年に1回は検査を受けましょう。	6,000円
前立腺がん検査	血液検査でPSAを測定します。50歳以上で頻尿や排尿困難な方におすすめです。	1,800円
子宮がん検査 (要予約)	診察と子宮の入口である子宮頸部の細胞を採取して検査します。	3,500円
腫瘍マーカー検査	胃がん、大腸がん、膵がん、肝がんなどを調べる血液検査です。	3,050円
骨密度検査	ダイエットの経験のある方、骨が折れやすくなる骨粗鬆症が気になる方におすすめします。	3,600円
肝炎検査	B型肝炎、C型肝炎ウイルスによる感染の有無を調べます。	2,260円
HIV検査	エイズの感染の有無を調べるものです。	1,370円
頸部超音波検査	頸動脈の動脈硬化の有無を調べるもので、めまいやふらつきなどの症状のある方、高血圧、血糖値の異常が続いている方におすすめします。	3,675円
甲状腺機能検査	頸部前面の甲状腺の腫れが疑われる方、手のふるえ、動悸などの症状のある方におすすめします。3種類の甲状腺ホルモンを測定します。	3,675円



散歩道



ほんに今年の大雪は！

雪が降る。ひらひらと舞い落ちる天界の花びらのように清楚で美しい。

「ねえ、雪！素敵ですねえ」新潟に来たばかりのSさんはうっとりした表情で外を眺める。しかし悲しいかな相手にする者はいない。地元で暮らす我々には生活がかかっている。雪をめぐる心のゆとりなど100年も前に吹っ飛んでしまった。車は動くかな？道路は大丈夫かな？と気はそぞろである。

地球温暖化というのに、今年の大豪雪はどうしたことだ。一日ですっかり積もってしまった。さすがのSさんも「ひどいですねえ、道路が水浸しじゃありませんか！車も出ないし買い物にも行けません。最悪ですね」とすっかり雪を敵視している。老後のために雪下ろしの心配がないマンションを購入すべきか、心の癒しを求めて庭付き一戸建てかという論争も始まった。仕事が終われば寄り道をせず真直ぐ帰宅し、翌朝の除雪と交通渋滞に備えてひたすら早寝をするのである。風も無くしんと降り積もる雪は寝床の中まで不気味さを忍ばせる。雪はあっという間に穏やかな生活を変貌させてしまうのだ。

それでも私は上越が好きだ。『住めば都』とは、良く言ったものだ。それにほら、春はすぐそこまで来ている。

(K. 1)

