

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（基幹型）



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

FAX：025(544)5210

ホームページ：<http://www.niigatah.rofuku.go.jp>

## 鍋料理の季節到来

事務局長 山本 秀明

紅葉も終わり冷たい雨が降り始めました。季節が秋から冬へ変わりつつあります。夜は気温がぐっと下がり、寒いくらい。そろそろ鍋料理も良いかな。

と、冬に思いを馳せる前に、今年の夏を振り返ってみましょう。暑い日々、電力不足への対応に国全体で取り組んだ一夏でしたね。

私も、インターネットで公開されている「電気予報」で電力使用率の上がり下がりを見つつ、95%まで上がってる、やばいぞ！と、パソコンを使って「電気予報」を見ること自体に罪悪感を感じパソコンの電源を慌てて切ったりしたものです。以降、パソコンを使用していないときは休止状態にするなど、暑い部屋で汗を拭きふき小さなエコに努めたことが思い出されます。



ところで、7月から9月にかけて行われた電気の使用制限（削減率15%）では、当初、医療機関も対象とされていましたが、使用制限の始まる直前の6月27日に、「医療施設」である新潟労災病院については削減率を0%とすることと通知され、患者のみなさまに平常どおりに医療をご提供することが可能となりました。

しかし、新潟労災病院が削減率0%とされたからといって従来どおりに電気を消費するわけにはいきません。

そこで、新潟労災病院においても、医療に影響を与えないこと、病棟・外来診療部門など利用者のアメニティーを損なわないことなどに心がけつつ、可能な限りの省電力に向け取り組むこととしました。

具体的には、電灯の間引きはもちろん、エアコンの温度設定の見直し、エレベーターやエスカレーターの一時的停止など



の地道な取組です。エレベーターを使わずに階段を使ったり、エアコンの一時停止などに取り組んだ職員も多くいたことと思います。

その地道な努力の結果、7～9月までのトータルの電力消費は、対前年同期比でなんと11.9%も削減することができました。月別に見ると、もっとも気温が高いと考えられる8月は対前年度比14.7%と、使用制限の削減率15%にほぼ匹敵するものとなっています。昨年との気温の違いなどの要因もあり、全てが節電の努力の結果とは言えませんが、この成果はとても大きなものだと思います。

そして、いよいよ冬到来。

冬は、電灯や暖房に電力を必要とします。電力の逼迫状況は夏ほどではないようですが、今年の夏の貴重な経験を生かし、節電に取り組んでいきます。

家庭でも、暖房を切った部屋で鍋料理をつつき、体を内側から温めるのも一興。新潟の山海の幸を使った鍋料理が楽しみです。



## 骨粗鬆症について

～背中がまるくなった方は治療を開始しましょう～

整形外科副部長 玉川省吾



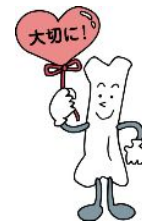
骨粗鬆症とは、骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。高齢化に伴ってその数は増加傾向にあります。からだの中の骨は生きており、新たに作られること（骨形成）と溶かして壊されること（骨吸収）を繰り返しています。骨粗鬆症はこのバランスが崩れることでおこり、骨がスカスカになってきます。骨粗鬆症は圧倒的に女性、特に閉経後の女性に多くみられ、女性ホルモンの減少や老化と関わりが深いと考えられています。女性にとってはいわば「生理現象」といっても言い過ぎではありません。

症状として、骨粗鬆症になっても痛みはないのが普通です。しかし、転ぶなどのちょっとしたはずみで骨折しやすくなります。骨折が生じやすい部位は、せぼね（脊椎圧迫骨折）、手首（橈骨遠位端骨折）、太ももの付け根（大腿骨頸部骨折）などです。骨折が生じると、その部分が痛くなり動けなくなります。また、背中や腰が痛くなった後に、丸くなったり身長が縮んだりします。

診断はX線（レントゲン）検査で行うのが一般的ですが、転倒等の軽微な外力でせぼねや手首、太ももの付け根を骨折した人はおのずと骨粗鬆症と診断されます。

骨粗鬆症は予防が重要で、それにより軽微な外力による骨折を予防し、少しでも総数を減少させることが非常に重要です。具体的には①転ばないように注意する②カルシウム、適量のタンパク質が含まれたバランスのよい食事をとる③禁煙しアルコールはほどほどにする④運動、適度な日光浴をする等が挙げられます。

実際に骨粗鬆症と診断された場合は薬物治療を開始する必要があります。薬物には、骨が溶けて壊されること(骨吸収)を抑制する薬、転倒予防効果のあるビタミンの薬などが一般的ですが、最近では骨を新たに作ること(骨形成)を促進する薬の処方も可能となりました。



不幸にして骨折してしまった場合は、我々整形外科医がその骨折に応じた治療を行います。その前の段階での骨粗鬆症予防、治療が重要です。高齢化すればするほど増え続ける骨粗鬆症ですから、整形外科医のみでの加療には限界があります。科を問わず、かかりつけ医で加療を開始することが望まれます。

骨粗鬆症による骨折のうち、特に太ももの付け根の骨折(大腿骨頸部骨折)を生じると機能低下は著しく、1年以内の死亡率は10-30%と報告されています。この骨折は70歳台後半から80歳台より増加することより、その前段階での治療が大切です。せぼねの骨折(脊椎圧迫骨折)は太ももの付け根の骨折(大腿骨頸部骨折)よりも若い方に生じやすいことが知られています。背中や腰が痛くなった後に、丸くなったり身長が縮んだりした経験のある方は背骨の骨折をしている可能性が高く、その場合は骨粗鬆症と診断されますので治療の適応となります。つまり、高齢者で背中が丸くなったり、身長が縮んでしまった方でまだ骨粗鬆症治療を開始していない方は、まずはかかりつけ医より骨粗鬆症治療を開始することをおすすめします。

以上、骨粗鬆症について書かせていただきました。今後の治療の参考になれば幸いです。

## よろしくお願ひします！(新任医師自己紹介)

脳神経外科医師 佐藤 圭 輔



この11月より脳神経外科に赴任させていただきました佐藤圭輔と申します。生まれは秋田県でしたが、父の転勤に伴い幼少期は自然溢れる(自然しかない)富山県黒部市で伸び伸び育ち、再度の転勤にて9歳から今日まで新潟市で過ごしました。お恥ずかしいことですが、この度の新潟労災病院赴任が記念すべき生まれて初めての一人暮らしとなりました。

脳神経外科としても手術・検査ともに常時緊急に対応可能な病院体制、また豊富な症例などの多大なメリットを生かしていきたいよう、日々精進していく所存でございます。今後とも、何卒宜しくお願ひ申し上げます。

## 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

## 年末年始休診のお知らせ

当院では下記のとおり休診となります。

記

12月29日（木）～1月3日（火）

但し、急患の方は受付いたします。



# 1日ドック／がん検診／生活習慣病予防検診

## 検査項目と料金のご案内

1日ドックに各がん検診をオプションとして追加することができます。または、がん検診だけをご希望に合わせて選ぶこともできますので、いつでも御相談ください。

### 1日ドック 42,500円(税込) (お食事券付)

項目	内容	検査でわかること
身体計測	身長 体重 <b>体脂肪</b> <b>骨格筋量</b> 腹囲 BMI (体格指数) 問診 医師診察	総合的な健康状態
	眼底 (両眼) 眼圧 視力	網膜、緑内障等の疾患の有無
	聴力	聴力障害や難聴の有無
呼吸器	胸部X線	肺疾患の有無 肺の老化の有無
	呼吸機能 <b>肺年齢</b>	
循環器	血圧 (2回) 心電図 心拍数	高血圧、心臓疾患の有無
腎機能	尿蛋白 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 クレアチニン・ <b>eGFR</b>	腎機能の状態、 <b>慢性腎臓病の有無</b>
消化器	胃内視鏡	食道、胃、十二指腸の疾患の有無
	便潜血 (2回分)	消化器からの出血の有無
超音波	腹部超音波	胆のう、肝臓、膵臓、腎臓、脾臓の状態
肝・膵機能	総蛋白 アルブミン GOT GPT $\gamma$ -GTP ALP 総ビリルビン	肝、膵機能の状態
痛風	尿酸	痛風の危険度
糖代謝	尿糖 空腹時血糖値 HbA1c	糖尿病の危険度
血液	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値 MCV MCH MCHC 白血球数 <b>白血球分画</b> 血小板数	血液疾患の有無
脂質	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	脂質異常症の危険度
炎症	CRP	感染症等の有無
血液型	血液型 (ABO) 血液型 (Rh)	検査は初回のみ実施

- ※ 胃がん検査は胃内視鏡検査(胃カメラ)にて実施します。
- ※ 特定健康診査の項目は、すべて含まれています。
- ※ **太字**は、新規検査項目です。

①～⑯の検査は、1日ドックにオプション検査として追加することができます。もちろん、がん検診だけでも、いくつかを組み合わせるの実施も可能です。

### がん検診コース

円(税込)

	内 容	1日ドックで オプション料金	単独実施料金 (1日ドックなし)
①甲状腺がん	ホルモン測定 甲状腺エコー	7,850	9,950
②肺がん	胸部CT	9,000	11,100
③胃がん	胃内視鏡		17,100
④大腸がん	便潜血(2回)		3,720
⑤前立腺がん	PSA	1,800	3,900
⑥乳がん	視触診 マンモグラフィ撮影 ※単独実施の場合はマンモグラフィ撮 影のみ実施	6,000	8,100
⑦子宮がん	内診 子宮頸部細胞診 子宮卵巣エコー(子宮体がんの検査を含む)	3,500	5,600
⑧腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,050	5,150

### 生活習慣病予防コース

円(税込)

	内 容	1日ドックで オプション料金	単独実施料金 (1日ドックなし)
⑨頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	5,775	7,875
⑩肺年齢	呼吸機能		5,250
⑪骨密度検査	X線	3,600	5,700
⑫内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,150	5,250
⑬骨格筋肉量	体成分分析装置(インボディ) ※骨密度または内臓脂肪測定検査と同 時実施のみお申し込みできます。		525
⑭睡眠時無呼吸検査	自宅で睡眠時に測定(機器貸出し)	5,250	7,350

### その他

円(税込)

	内 容	1日ドックで オプション料金	単独実施料金 (1日ドックなし)
⑮肝炎検査	HBs抗原 HCV抗体	2,260	4,360
⑯HIV検査	HIV抗体	1,370	3,470

1日ドック・がん検診コース・生活習慣病予防コースは予約制です。

下記①②の方法でご予約下さい。

- ① お電話(ドック健診担当)または医事課0番窓口にてお申し込み下さい。

電話 025-543-3123 内線(1233) 平日 8:30~16:00

- ② 1日ドック・健診各コース申込書(新潟労災病院ホームページ(<http://www.niigatah.rofuku.go.jp/>)よりダウンロード)に必要事項を記入し、新潟労災病院医事課へ郵送または FAX して下さい。

〒942-8502 新潟県上越市東雲町 1-7-12

新潟労災病院医事課ドック検診担当

FAX 025-543-7110



## 散歩道



冬を楽しむには

この地に生まれ、はやうん十年・・・毎年必ずやってくる冬なのに・・・  
どんよりした気持ちと体になっていくのは私だけ・・・

若い時は冬が大好きだったものだが、年を重ねるごとに“また冬かー嫌だなー”と思う事ばかり。空なんて見ることもなく、背中を丸め急ぎ足に帰るそんな毎日です。

最近冬囲いをお願いした植木職人の方と話をしていて思い出したことがあります。それは祖母が教えてくれた冬の天気を占う方法です。空がピンク色になると一晩雪が降り続き、海のあたりが明るい  
と雪は降らないと言っていたことです。空を見て雪が降るか占う、  
そんな楽しみ方もいいなーと思っています。



(H. U)