

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）



労働者健康安全機構 **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.johas.go.jp

## 医師は労働者？

副院長 岡部 聡

「ブラック企業」が平成25年の流行語大賞にノミネートされてから、ブラック企業大賞を決定する企画が毎年行われています。昨年、業界賞（大賞ではありません）に地方にある基幹病院が受賞（させられた）しました。これは、医療業界全体即ち医師の過重労働に対して与えられたものです。

また、厚労省から働き方実行計画が発表され、時間外労働の上限規制導入の取り組みが決まり、1か月100時間、2-6か月平均80時間に制限されます。しかし、医師へのこの取り組みは5年間延期となりましたが、いずれは適応されるでしょう。既に、実際労働基準監督署の立ち入り検査によって、時間外診療の制限など診療体制の縮小が行われています。

私の個人的な意見として反論覚悟で、医師が一律に労働者という枠組みに入るのは違和感を覚えます。医師は労働と勉強（自己研鑽）の面があり、特に研修医は勉強に取り組む時間が多くなります。一人前の医師になるには多くの経験（患者さんを診る）が不可欠です。同様に手術を習得するためにはより多くの症例数（手術の数）が必須です。より早く習熟するためには人より努力しようとする研修医師に対して、時間外労働を一律に規制する必要性はないと思います。

とはいえ、過労と医療事故は関連するので、指導医としては一定の歯止めが必要です。幸い当院整形外科医師9名とも過重労働の対象となる医師はいませんのでほっとしていますが、今後の状況次第で対応するつもりではあります。また分業化の重症性も言われています。以前に比べ、メディカルクラーク導入やコメディカルスタッフの協力により医師の業務が削減していますが、さらに進めるべきです。

約10年間において、整形外科手術数は平成28年が最も少ない症例数でした。昨年は増加に転じましたが、病院事情（医師減少など）により、高齢者や合併症を持つ患者さんの対応が困難のため、他院への紹介や受け入れ



を断ったことが大きな要因と考えられます。来年度からは、内科医師確保に明るい兆しがあるようですし、整形外科マンパワーにも余力がある？ので、昨年以上に地域貢献ができると考えています。

## 血液透析を安定して行うために シャントの血管内治療

臨床研修医 笹川香織



慢性腎不全が進行すると生命維持のため腎代替療法が必要になります。腎代替療法としては血液透析、腹膜透析、腎移植の3つの方法があります。今回は血液透析を行うための、シャントの血管内治療について説明させていただきます。血液透析では腎臓に変わって血液中の不要な溶媒（K、P、尿毒症物質など）や水分を除去するため、血液を高流量で透析の器械に通し、体に戻さなくてはなりません。太い血管に太い針を刺し脱血、返血をする必要がありますが、腕には高流量の脱血が出来るほど太い静脈はなく、動脈を刺せばたくさん血は採れますが、毎回太い針で深い場所にある動脈を刺すのはリスクがあるため、透析が必要となる少し前の時期にシャント手術を行います。

シャント手術とは、腕の動脈に静脈をつないで動脈の血液が抹消の毛細血管を通る前に静脈に流れるようバイパスを作る手術です。通常静脈には毛細血管を通過してから集まってきた血液が流れるので、圧力はあまり高くありません。シャント手術をすると動脈から勢いよく血液が流れ込むので、繋いだ静脈の内圧は高くなり太さも拡張します。静脈は圧に耐えられるように壁も強くなり発達します。このようにして透析の太い針の穿刺や脱血、返血に耐えられる血管が造られます。シャントにトラブルがないよう維持することが良好な血液透析には必須となります。しかし残念ながら様々な要因でシャントの狭窄を生じてしまうことがあります。

シャントの狭窄が生じると脱血、返血がうまくいかず、効率よく透析が出来なくなったり、腕が腫れたりします。狭窄を放置すると血管が完全に閉塞し、一旦閉塞してしまえば、修復しても狭窄で修復した時よりもその後の血管の開存成績が悪いといわれています。狭窄や閉塞の治療としては、近年「経皮的血管形成術 percutaneous transluminal angioplasty(PTA)」という血管内治療が広く行われるようになりました。PTAは手術と比べ低侵襲で、血管の温存の点でメリットがあります。

PTAでは狭窄した血管にプラスチックの点滴の針のようなシースを刺し、そこからガイドワイヤーという柔らかい針金を通し、それを伝ってバルーンカテーテルを挿入します。狭窄した部位でカテーテルのバルーンを膨らませ狭くなった血管を内側から押し広げます。バルーンをしぼませても血管の内腔が広が

っていれば成功です。シースやバルーンカテーテルを抜去し止血をして終了です。傷は太めの点滴をしたような針穴だけで済みます。以前は X 線透視、造影剤を用いて行うことが多かったのですが、近年エコーを用いて行う施設も増え、当院でも 2016 年よりエコー下 PTA を行っています。エコー下 PTA は、X 線透視下 PTA と比べると被曝がなく、造影剤も不要なので造影剤アレルギーの方にも行える、細かい血管での観察に優れる、血管の 3 次元的な観察が可能であるといった利点があります。当院ではシャント閉塞を未然に防ぎ、一つのアクセスを長期に使用できるように医師、看護師、臨床工学技士が連携してシャントの管理を行っています。

## ★ ★ ★ インフルエンザの感染予防について ★ ★ ★

### インフルエンザ対策 10 か条!!

1. 医療機関に受診の際は、咳エチケット
2. インフルエンザ患者と接触がある場合は、受診時にその旨を伝える
3. 処方された薬は、症状が改善しても途中で中止せずに最後まで内服
4. スポーツドリンクなどで水分を補給し脱水を予防
5. この時期の発熱時は、無理をして仕事をしない（職場にいかない）
6. 可能ならば、感染した家族と感染していない家族は別の部屋で過ごす
7. 看病する際には、マスクを着用
8. 看病した後には手洗い
9. 寝不足に注意し、十分な栄養をとる
10. 部屋の換気を行う



### 《咳エチケット》

- 咳やくしゃみがある時は、マスクを着用する
- 咳・くしゃみをする時には、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、人から顔をそむける
- 出来れば他の人と 1 m 以上離れる
- 鼻汁・痰などがついたティッシュをすぐにごみ箱に捨て、手を洗う





# 第67回市民公開講座が開催されました

2018年（平成30年）

1月22日（月曜日）



がんリスク低下

## 生活習慣見直しから

### 新潟労災病院で公開講座

上越市東雲町1の新潟労災病院（小池宏院長代理）は20日、同院内でがん予防のための

生活習慣見直しをテーマにした市民公開講座を開いた。講師を務めた島矢早苗健康診断部

#### 患者さんの責務

1. がんの予防は生活習慣の改善から
2. がんの予防は生活習慣の改善から
3. がんの予防は生活習慣の改善から
4. がんの予防は生活習慣の改善から
5. がんの予防は生活習慣の改善から

長は定期的な健診・検診の受診を基本として「がんをはじめ、予防できる病気は自分で防ぐ。幸せな健康寿命の延伸を」と呼び掛けた。写真。「地域医療支援病院」「地域がん診療連携拠点病院」として平成20年から取り組んでいる講座。今回で67回目になる。日本人の死因トップにあるがんがテーマとあって、患者や地域住民ら約150人が詰め掛け、熱心に聞き入った。

演題は「生活習慣を無視するとがんにかかりやすい」。島矢部長は特に糖尿病や高血圧からがんにつながるリスクが高いと指摘。「誰もががんになる可能性はあるが、生活習慣を改善し、遺伝子を傷つけないことで、確率を下げることはできる」として、食生活の改善や日常的な運動の重要性を説明した。

上越タイムスより転載



## 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

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

## 患者さんの責務

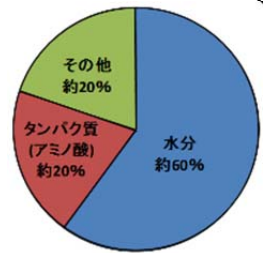


1. 自らの健康に関する情報を正確に医療者に伝える責務
  - ・最適な検査や治療を受けるために、自身の健康に関する情報を詳しく正確に提供してください。
2. 診療等に関して自らの意思を明らかにする責務
  - ・医師から十分な説明を受けた上で、診断・治療方針について、自らの意思を明らかにしてください。
3. 診療等に関する指示や助言を守る責務
  - ・診療を円滑に受けるため、医療従事者の指示や助言を守ってください。
4. 病院の規則に従い職員や他者へ迷惑を掛けない責務
  - ・すべての患者さんが、安全で良質な医療を受けられるように配慮するとともに、当院職員が適切な医療を行うのを妨げないよう協力してください。

# 人間ドック／がん検診のご案内

## アミノインデックス検査とは

アミノ酸は筋肉や毛髪、皮膚の原料となるもので血液中に20種類あり、そこに遺伝子が働いてタンパク質が合成されます。その中で、がんになると増えたり減ったりするアミノ酸があることが知られています。その濃度のバランスからがんになっている確率を調べるのがアミノインデックスです。



[人の体の成分]

検査内容	採血(1回 5mL)
評価項目	男性(胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、前立腺がん) 女性(胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、乳がん、子宮がん)

## 1日ドック

がんと生活習慣病の一般コース (胃内視鏡検査なし) **27,540 円 (税込み)**

### 1日ドック検査項目 (お食事券がつきます)

身体計測	身長体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI
眼と耳の機能	眼底 眼圧 視力 聴力 問診 診察 情報提供と説明 指導
生理機能	胸部X線 呼吸機能 肺年齢 血圧 心電図 心拍数
血液	肝腎機能 血糖 脂質 血球 炎症反応 血液型(初回)
尿	尿蛋白 尿糖 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 沈渣
消化器	便潜血(2回) 超音波 上腹部+下腹部

## お手軽ドック (生活習慣の簡易コース)

**13,500 円 (税込み)**

### お手軽ドック検査項目 (検査のみのコースです。医師診察はありません)

身体計測	身長体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI 問診
眼の機能	眼底 生理機能 胸部X線 血圧 心電図
血液 (肝・血糖・脂質)	AST(GOT) ALT(GPT) $\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP) 血糖 HbA1c 中性脂肪 HDL・LDLコレステロール 赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値
尿	尿蛋白 尿糖 尿潜血

## 歯科ドック (基本コース)

**5,000 円 (税込み)**

## 歯科ドック (パノラマ撮影コース)

**10,800 円 (税込み)**

### 歯科ドック検査項目

基本コース	問診・歯周病検査・プラークや歯石の付着・口腔乾燥度・冠、ブリッジ、義歯の状態・結果説明
パノラマ撮影コース	問診・歯周病検査・プラークや歯石の付着・口腔乾燥度・冠、ブリッジ、義歯の状態・X線撮影での骨病変の有無の確認・結果説明

## ～シニアコースのご案内～

“積極的に健康づくりを”

シニアコースは、60歳以上の方が積極的に健康づくりをするための健診です。

医療の進歩と予防の発展により、日本は類まれなる長寿国となりました。

この少子高齢、人口減少社会において安心して暮らしたいと思いますが、生活習慣病の重症化予防だけでは今までと何も変わらないでしょう。これからもできるだけ長く健康であり続けることで、生活の質を高め、長寿の幸せにつなげることは可能と思われまます。

シニアコース（男女共通）

26,730円（税込み）

コースの内容は、身体の負担をできるだけ減らして面接を重視し、内科診察の後に栄養指導を受けられます。移動はワンフロアで、待ち時間を短縮しました。お気軽にご検討下さい。

### シニアコース検査項目

基本項目	身体計測	身長体重 腹囲 BMI
	問診・診察・指導	情報提供と結果説明(医師) 栄養指導(管理栄養士)
	血液検査	肝腎機能 血糖 脂質 血球 炎症反応
	尿検査	尿蛋白 尿糖 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 沈渣
	腹部超音波検査	上腹部+下腹部
	頸動脈エコー検査	頸動脈の動脈硬化
	心電図検査	不整脈と虚血性病変の有無

#### ・頸動脈エコー検査

→頸動脈は体の表面に近いので、動脈硬化を見ることができます。早期診断に有効なほか、以前から進行していないか、過去に脳血流障害が疑われて心配な場合にもお奨めです。

#### ・内科診察と栄養相談

→低栄養や脱水の防止、身体活動を増やす工夫など、ご相談に応じます。



## がん検診・生活習慣予防コース

検診コースの①～⑰の検査は、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。  
(★は1日ドック、☆はお手軽ドック、●はシニアコースに含まれます。)

### がん検診コース

(税込み)

	内 容	ドック オプション料金	単独実施料金 (ドックなし)
①甲状腺がん	ホルモン測定 甲状腺エコー	8,100円	
②肺がん	低線量肺がんCT	9,720円	
★③大腸がん	便潜血(2回)	1,620円	5,724円
★●④腹部超音波検査	上腹部+下腹部		
⑤前立腺がん	PSA	1,836円	
⑥乳がん	マンモグラフィー撮影 乳腺エコー	9,936円	
	マンモグラフィー撮影	6,264円	
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)	4,320円	
⑧腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,240円	
⑨アミノインデックス がんリスクスクリーニング検査	男性(胃・肺・大腸・すい臓・前立腺がん)	24,840円	
	女性(胃・肺・大腸・すい臓・乳・子宮がん)		

### 生活習慣病予防コース

骨密度測定検査が変わりました！今までは腰椎のみを測定しておりましたが、この度大腿骨頸部を追加し、測定部位が腰椎+大腿骨頸部へととなりました。2か所を測定することでより正確で詳細な結果が得られます。

(税込み)

	内 容	ドック オプション料金	単独実施料金 (ドックなし)
●⑩頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	5,940円	
★⑪肺年齢	呼吸機能	3,240円	4,860円
⑫骨密度検査	X線(腰椎+大腿骨頸部)		
⑬内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,240円	
★☆⑭インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)	540円	5,400円
⑮睡眠時無呼吸検査	自宅で睡眠時に測定(機器貸出し)		

### その他

(税込み)

	内 容	ドック オプション料金	単独実施料金 (ドックなし)
⑯肝炎検査	HBs抗原 HCV抗体	2,322円	
⑰HIV検査	HIV抗体	1,404円	

人間ドック・がん検診コース・生活習慣病予防コース・歯科ドックは予約制です。

下記①②のいずれかの方法でご予約下さい。

- ① お電話または医事課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 人間ドック申込書(新潟労災病院ホームページ(<http://www.niigatah.johas.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



年間を通して、幅広いジャンルのドラマが放映されている。職業柄医療関係のドラマはつい観てしまうのだが、他のジャンルも自分にとって未知なる世界を見せてくれてとても新鮮であり、知的好奇心を掻き立てられる。

そんなドラマの数々を見逃してなるものかと、日々HDDレコーダーに録画予約しているのだが、なかなか観る時間がなく未視聴作品が増えてきてしまった。放っておくといつ観るといってもないし、かといってドラマから新たな流行が生まれることもあり時代に乗り遅れたくない。そこで始めたのが、倍速再生視聴である。

最初は聞き取りづらく違和感もあったが、今ではスムーズに1.3倍速で視聴できており、バラエティー番組に至っては1.5倍速も問題ないレベルになった。コマーシャルも飛ばせるので時短分得した気分になり、現在ドラマも1.5倍速に挑戦している。

たまにリアルタイムで観るとテンポがゆっくりに感じてしまうという弊害もあるが、時間がないという方にはお勧めである。

(K. I)