

## 今月のトピックス

皮膚科の外来診療が変更になります。(詳細は3ページに掲載)

## 病院からのお願い

院内では必ずマスクの着用をお願いいたします。マスク着用のない方は、診察室への立ち入りをご遠慮いただきます。

# ろうさいニュース

第217号 2020年8月1日

地域医療支援病院

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

地域医療連携室 電話：025(543)7190 FAX：025(543)7110

ホームページ：http://www.niigatah.johas.go.jp

## ビール、ein Bier

副院長 柿沼健一

一生の間に飲めるビールの総量は 25m プール一杯分だと聞いた。それしか飲めないのかと訝った頃は、若かった。近年、突然足が腫れた。ビールに流寓し、身体を蕩尽し、歳月を籍すうちに、いつしか 25m プールは、医学が証明するごとく確実に渇水の時が近づいている。

ある寧日。午後の明るい陽が踊り、風が吹き渡って、庭の碧緑の葉を揺らし、白雲が青空に伸びやかに美しい日。そういう日こそが、ビールを楽しむ日だ。最初一杯、いや、ビールの祝祭はその前から既に始まっている。今年も、きらめく夏が巡ってきた。気分が発揚してくる。ビールの最初一杯に比すべき名詩には、ついに会うことはあるまいと思う。

忘れ得ない思い出は、私が師事したドイツの恩師である。学業面は勿論のこと、トーマス・マンは辞書片手でも原書で読めるようになりたいと呟けば、その生家に連れて行って下さった。本場ドイツのビールを味わってみたいと言えば、あらゆる機会に供応して下さった。教え子は惰弱であればあるだけ、恵顧したくなるのは、古今東西変わらない真理のようである。そうして、恩師は、敬遇、恵与の限りを尽くして下さった。頂戴した薫育の数々は、とても書き尽くせない。

恩師が仰る「アジハドウカ？」

「ゼア・グート！（大変に結構です）」

「ソレハヨカッタ」

恩師は昨年長逝の途につかれた。その温容に直に接することは、もはや叶わない。私は、弱志ゆえ、その学恩に十分に報いることはなかった。

コップの泡に、夏が湧き上がってくる。ドイツの深い森を通り抜けて行くような、澄んだ懐かしさが、さざ波となって揺れ動く。

# 脳卒中のリハビリテーション

脳神経外科部長 青木 悟

脳卒中、突然の麻痺、言語障害、神経が壊れているので治りません。要介護状態の原因では認知症に続いて第2位です。治らないなら仕方がない、大事にしましょう、はい安静…で良いのか？確かに安静にもメリットはあります。寝てれば倒れません。筋肉の消費エネルギーが減り生命維持のためのエネルギーが節約できる、心臓への負担も減る。

しかし、安静のデメリットはメリットよりも数段深刻です。最大筋力の20%以上の筋収縮がないと日々筋力は低下します。寝てばかりいると起き上がり時に必要な血管の収縮が無くなり、起き上がるだけで血圧が下がり意識を失います。安静期間が長くなればそれだけ起き上がれなくなります。他にも下肢静脈血栓症、褥瘡、せん妄など、様々な障害が安静により引き起こされます。特に高齢者でこの傾向が強い。



ご本人もご家族も我々医療従事者も、脳卒中患者さんを、高齢者こそ安静にしないという心構えが必要です。脳卒中患者さんでは急性期でも慢性期でも、座位・起立・運動負荷は、意識状態を改善する最良の方法とされています。機能回復にも最善の方法であり、意識状態が悪いから安静では治療が進みません。十分な安全管理ができていれば、たとえ人工呼吸器が装着されていても立ち上がっていいんです。適切な安全管理のもと、患者さんが少し筋肉痛になる



くらいの運動をすることで、残された機能が向上し、失われた日常生活動作を再獲得できる可能性が高まります。右手が動かなくなったら左手で何でもできるように勉強する、これが脳卒中のリハビリテーションです。また運動の量が増えることにより、動脈硬化による次の脳卒中の予防にもなっています。

リハビリテーション中止基準としては、コントロール不良の消化管出血、心呼吸器苦痛症状、収縮期血圧 $>180\text{mmHg}$  または $<90\text{mmHg}$ 、安静時心拍 $>100\text{bpm}$  または $<40\text{bpm}$ 、新規不整脈出現、呼吸回数 $<5$  回/分または $>40$  回/分、気道が不安定、頭蓋内圧亢進、未治療のくも膜下出血、鎮静剤を要する興奮など多岐にわたります。認知機能低下などにより転倒リスクを回避できない場合には歩行や移動方法の制限が必要な場合もあります。

今後とも安全面に十分配慮しつつ、患者さんが少しでも自分でできることを増やしていけるよう、脳卒中リハビリテーションに携わっていきたいと考えております。

## 診療科のお知らせ

### ■ 糖尿病内科

- 毎週金曜日に昭和大学医師が交代制で診療を行っています。  
8/7 山岸 昌一 8/14 大坂 直也 8/21 藤川 大輝 8/28 藤川 大輝

- 診療は原則予約制です。ご予約は地域医療連携室にて承ります。

地域医療連携室（直通）：電話 025-543-7190

### ■ 耳鼻咽喉科

外来診療は、令和2年9月17日で終了いたします。

現在当院に通院しております外来患者さんを、順次連携医療機関及び近隣の医療機関にご紹介をさせていただきますので、ご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。

### ■ 皮膚科

外来診療は、9月から下記の通り変更となります。

（9月のみ週3回の診療となります。）

診療時間の変更はございません。



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9月		濱田医師		濱田医師	原医師
10月		濱田医師			原医師

※原医師：新潟県立中央病院皮膚科部長（富山大学）



## フレイル予防健診を始めました！

フレイルとは、要介護になる手前のバイタリティ（エネルギーに満ち溢れている状態）が低い状態を指します。

ですが、適切な栄養や運動によって健康を取り戻すことは可能です。ご自身のためにできそうなことを見つけましょう。



検査項目	内容
腹部超音波検査	肝、胆、膵、脾、腎臓、腹部大動脈
血液検査	肝臓、腎臓、血糖、脂質、血球計算、炎症反応
尿検査	尿蛋白、尿糖、ウロビリノーゲン、PH、比重、沈査
問診・診察・指導	健診の事後指導、総合的な判断と助言（ <a href="#">医師</a> ） 助言が必要な項目の確認（社会参加の状況、心の健康、認知機能など）、相談窓口の紹介（ <a href="#">看護師</a> ）
身体計測	身長、体重、腹囲、BMI、インボディ検査
頸動脈エコー検査	頸動脈の動脈硬化の有無
心電図検査	不整脈と虚血性病変の有無
<b>個人指導：</b> 一人ひとりの状態に合わせて <a href="#">専門のスタッフ</a> がアドバイスをを行います！	
① 運動指導	① インボディのデータを基に各種運動の紹介（ <a href="#">理学療法士</a> ）
② オーラルフレイル	② 嚥下・咀嚼機能の評価、指導（ <a href="#">歯科医師</a> 、 <a href="#">歯科衛生士</a> ）
③ 栄養指導	③ 食事習慣の把握、低栄養状態予防の指導（ <a href="#">管理栄養士</a> ）

料金 40,000円（税込）

実施曜日 毎週水・木曜日 8時15分～

お電話または医事課 〇番窓口にてお申込みください。

TEL 025-543-3123（内線 1233）

# 新潟労災病院の理念

“働く人の健康を守り、地域医療に貢献します”



## 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. 急性期医療、回復期医療を通じ、地域医療における中核的な役割を担います。
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。

# 健診部からのお知らせ

## 人間ドック基本コース

○胃の検査について「内視鏡」「X線」のいずれかを選択できます。

○「がん検診・生活習慣予防コース」「感染症検査」をオプションとして追加できます。

### ◆内視鏡検査を選択される方

・料金 44,550円(税込)

・実施日 水曜日 8:15～

木曜日(不定期)13:00～ ※実施日 8月13日



※午後ドックでは、朝食は朝8時までに、いつもの半分程度なら可能です。水分は十分に摂ってください。

(ただし、牛乳、ジュースは不可)

朝食を食べた場合は、空腹時血糖及び中性脂肪の結果は参考値となりますので、正確な数値をご希望の場合は、朝食は食べないでお越しください。

### ・検査項目

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
消化器	内視鏡検査(経鼻又は経口) 便潜血検査(2回法)
腹部超音波検査	肝臓・胆嚢・膵臓・脾臓・腎臓・腹部大動脈
レントゲン	胸部X線
生理機能	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) 血液凝固検査
尿検査	尿蛋白 尿糖 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 沈渣

### ◆X線(バリウム)検査を選択される方

・料金 39,550円(税込)

・実施日 第1・3・5金曜日 8:15～

・検査項目 (下記項目の検査以外は、内視鏡検査を選択された場合と同様です)

消化器	X線(バリウム)検査 便潜血検査(2回法)
血液	肝腎機能 血糖 脂質 血球 炎症反応 血液型(初回)

※胃の検査なしでの申し込みも受け付けておりますので、お申し込みの際お問い合わせください。

※人間ドック基本コースには、院内食堂「エデン」又は売店でご利用いただける利用券をお付けしています。

## フレイル予防健診

40,000 円（税込）

※水・木曜日 8:15～

4月からフレイル予防健診を始めました！

フレイルとは、要介護になる手前のバイタリティ(エネルギーに満ち溢れている状態)が低い状態を指します。

ですが、適切な栄養や運動によって健康を取り戻すことは可能です。ご自身のためにできそうなことを見つけましょう。

詳細については、4ページをご覧ください。

## お手軽ドック（生活習慣の簡易コース） 13,750 円（税込）

※開始時間をご希望に応じます

お手軽ドックでは、特定健診をさらに進めて体脂肪率、骨格筋量、胸部X線、尿検査を行います。予約が必要ですが、来院時間をご都合に合わせて決めていただけます。

身体計測	身長 体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI 問診
生理機能	胸部X線 血圧 心電図 眼の検査 眼底
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）

## 歯科ドック（パノラマ撮影コース）

11,000 円（税込）

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

## がん検診・生活習慣予防コース

胃内視鏡検査は、午後でも実施しております。

(★は1日ドック、☆はお手軽ドック、●はフレイル予防健診に含まれます。)

### ◆がん検診コース

	内 容	料 金(税込)
①甲状腺がん	ホルモン測定 甲状腺エコー	8,250円
②肺がん	低線量肺がんCT	9,900円
★③胃内視鏡検査(午前・午後)	血液凝固検査を含む	16,500円
★④大腸がん	便潜血(2回)	1,650円
⑤肝胆膵がん	★●腹部超音波 肝炎ウイルス(B型、C型)	8,195円
⑥前立腺がん	PSA	1,870円
⑦乳がん	マンモグラフィ 乳腺エコー	10,120円
	マンモグラフィ	6,380円
⑧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)	4,400円
⑨腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,300円
⑩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)	25,300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

⑬骨密度測定検査は、従来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。

	内 容	料 金(税込)
●⑪頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	6,050円
★⑫肺年齢	呼吸機能	3,300円
⑬骨密度検査	X線(腰椎＋大腿骨頸部)	4,950円
⑭内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,300円
★☆⑮インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)	550円
⑯睡眠時無呼吸検査	自宅で睡眠時に測定(機器貸出し)	5,500円

### ◆感染症検査

	内 容	料 金(税込)
⑰肝炎ウイルス検査	B型(HBs)、C型(HCV)	2,365円
⑱HIV検査	HIV	1,430円

すべて予約制です。

下記①②のいずれかの方法でご予約ください。

① お電話または医事課0番窓口にてお申し込みください。

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してください。

〒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



息子が小学3年から幼年野球をはじめ、中学・高校とずっと続けてきた。私がなかなか応援に行けず、悲しげな表情をしていたという息子。中学・高校では反抗期を迎え、「見に来るな」と言われながらも、負けずと休みをあわせて応援へ。球場で目が合っても何も言わずにいる息子に、見に来て良かったとほっとする。友達と過ごしている姿は、家では見せない満面の笑顔。息子が何も語らない分、野球部保護者ラインで学校での様子を聞き、微笑ましく感じる。(ラインに救われた)

今はコロナの影響で自宅でのオンライン授業。大学生活への複雑な思いはあるけれど、まだしばらくは一緒に生活できることへの幸せが、息子との距離を縮めてくれる。まだまだ尖るときはあるけれど、過渡期に比べればコミュニケーションも図れるようになり、垣間見る親への思い。職場へ送迎までしてくれるように。(彼が車を使いたい時だけだが)

恐るべし反抗期時代は、非常に淋しく悲しい時間ではあったけれど、成長過程である彼にとってみれば大事な時間だったはず。思えば楽しいこともたくさんあったし、いろんな経験をさせてもらった。あなたたちへの悩みや心配事はつきないが、これからも陰ながら応援し、これ以上ない愛情を注いでいこう。

(N・H)