

今月のトピックス

当院の骨密度測定検査の紹介(詳細は4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230号 2021年9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

再度、新型コロナウイルス感染症のこと

副院長 小池 宏

その後、皆さま方、いかがお過ごしでしょうか。皆さま方も同じだと思いますが、行きたいと思うところに行くことはできず、会いたいと思う人たちにも会うこともできず、私の方はあまり楽しいと思うようなこともなく、月日が過ぎて行っています。

新型コロナウイルス感染症（以下、コロナと略します）は、収束とはほど遠い状況であり、以前に比べても、ますます悪くなっている状況かと思われます。政府の諮問機関の医師たちが慎重な意見を述べたようですが、コロナが収束したとはまだ言えない時期に「緊急事態宣言」が解除されて行動制限がなくなったこと、感染力の強いコロナの変異株が次々と出現したこと、ワクチン接種が政府の計画通りに進んでいないことなどがコロナの感染拡大の要因と考えています。しかし、コロナの感染拡大に歯止めが掛からない一番の要因は、人々の「気持ちのゆるみ」ではないかと私は考えています。いろいろと自粛して我慢を重ねてきたところに、東京オリンピックが開催されて、日本中がお祭り騒ぎとなったわけではありませんが、人々の「気持ちのゆるみ」が引き起こされたと思っています。

大都市圏では、医療提供体制がもう崩壊している地域もたくさんあるようです。コロナに感染した妊婦が自宅療養中に出産して、生後まもなく赤ちゃんが亡くなったというニュースも耳にしました。本来ならば入院治療が必要なコロナの肺炎でも、病院に空きベッドがないために入院できず、自宅療養を余儀なくされて亡くなるケースも多く発生しています。今後もコロナの感染に歯止めが掛からなければ、同様なケースの発生が続くと思われる。



しかし、考えてみると、人の生命に危険を及ぼすのはコロナだけではありません。いろいろなガンもありますし、急に起こる心臓や脳血管の病気など、列挙できないほどいろいろとありますし、現在も実際には多く発生しています。治療の必要ないろいろな病気の人たちが、コロナへの対応に追われて病院に受け容れる余裕がなく、治療を受けることができなければ、ますます多くの不幸なケースの発生が続くこととなります。そのためにも、まずはコロナを鎮静化する必要があります。ワクチン接種によって重症化を防ぐことには限りがありますし、いまだにコロナに対する治療法が十分に確立されていない以上は、まずは自分がコロナに感染しないこと、そして仮に感染した場合でも他の人に感染させない行動が求められます。

前にも書きましたが、一人ひとりが2年近くなった不自由な生活に不満を感じていることは想像に難くありません。違反した場合に罰則を伴う禁止という行動制限を、政府が人々に加えるのではなく、あくまでも人々に行動の自粛を求めるのが、人々が受け容れることのできる方法だと考えています。コロナに関するニュースが続いて、慣れてしまっていて怖さを感じなくなり、「気持ちのゆるみ」から、さらにコロナの感染が急拡大する可能性も十分にあります。まもなく退任するドイツの首相が人々に、コロナを克服するための最大の武器はワクチンではなく、一人ひとりの知性的な行動だと語りかけたことがあります。当院においても、上越地域の診療態勢を維持していくために、気を緩めることなく進めていくこととなります。今後も、皆さま方のご理解とご協力をお願い申し上げます。

診療科のお知らせ



■ 内科

- ・ 毎週木曜日に上越地域医療センター病院総合診療科 倉辻医師が診療を行っています。

■ 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。
9/3 山岸 昌一 9/10 八島 広典 9/17 川上 来知
9/24 八島 広典

■ 循環器内科

- ・ 令和3年6月10日から毎週木曜日に上越総合病院医師が交代制で診療を行っています。
9/2 西川 賢 9/9 翁 佳輝 9/16 西川 賢
9/30 翁 佳輝

※ 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

いつのまにか骨折を防ぐために

外来看護師 骨粗鬆症マネージャー 吉村 登紀恵

「背中が曲がってきた」「背が縮んだ気がする」「腰が痛い」でも歳のせいかな？と置いていませんか？これらの症状には、骨粗鬆症が隠れている可能性があります。骨粗鬆症は、骨量（骨密度）の減少と骨質の劣化により骨折しやすくなる疾患です。骨粗鬆症が原因で発症する骨折を脆弱性骨折と言います。軽い衝撃や本人が気づかないうちに骨折が起こります。特に骨折しやすいのは椎体（背中や腰の骨）、大腿骨近位部（足の付け根）、橈骨遠位部（手首）です。そして、これらの骨折をした方は再骨折の危険が高くなるので、骨密度や採血検査などを行い骨粗鬆症の治療を開始することが良いとされています。脆弱性骨折がなくても骨密度が低い方もいますので、閉経後の女性は特に注意が必要です。



骨粗鬆症は、それ自体が生命をおびやかす病気ではありませんが、「骨粗鬆症による骨折」から要介護状態になる人は少なくありません。骨折患者の家族の負担も大きくなります。日本は超高齢社会です。平均寿命は延びていますが、健康寿命（心身ともに自立し健康で生活できる期間）は10年ほど短く差があります。介護不要の寿命の延伸つまり健康寿命を延ばすことが生活の質の向上につながります。長い人生を楽しく過ごしていくために、まずは自分の骨の状態を知ることが大切です。

各都道府県の骨粗鬆症検診率は、全国平均で5%、新潟県は4%と低い結果です。骨粗鬆症は他の生活習慣病と同様に初期は自覚症状が現れにくいことや骨折なら治ると考えている方がいることも検診率が上がらない原因になっているようです。骨粗鬆症の検診や予防、治療が十分に行われるようになれば、健康寿命のさらなる延伸も実現できると考えられています。

当院には、骨粗鬆症予防外来があり、電話で予約することができます。骨粗鬆症の予防、治療とその継続をサポートする骨粗鬆症マネージャーが対応しています。骨粗鬆症について聞いてみたい、検査を受けてみたい、治療中の不安など、気軽にご相談ください。

<骨粗鬆症予防外来のご案内>

こんな症状はありませんか？

- 最近背中が曲がってきた
- 背が縮んだ気がする
- 腰が痛い



骨粗鬆症の相談をご希望の方は、平日午後2時から5時まで外来予約を受け付けています。

いつのまにか骨折を予防して、健康寿命を延ばしましょう。

骨密度測定検査を、気軽に受診していただけます。

● 身体にやさしい検査

一般の胸部レントゲンの約 1/5 程度の被ばく量で検査が行えます。女性の方でも安心して測定できます。

被ばく量の比較

一般の胸部レントゲン

骨密度測定検査



● リラックスして検査

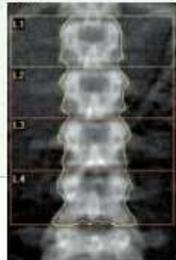
寝台の上に仰向けに横たわり、足乗せ台に足を乗せ、リラックスして検査を受けていただけます。ムリな姿勢は必要なく、痛みもありません。



● スピーディに測定

検査室に入室して、約5分で検査が終了します。最新の装置により、腰椎、大腿骨を各々最速 10 秒で測定できます。

腰椎



大腿骨



※測定する部位、機種によって多少時間は異なります。

● 定期的な検査がおすすめです

検査結果はコンピュータに保存されます。定期的に検査を受けていただくことで、より精度の高い診断が行えます。



継続して検査することで、骨密度の変化を把握することができます。

● 日本人の10人に1人が骨粗鬆症

日本では、約 1,300 万人が骨粗鬆症にかかっていると推定されています。大腿骨・頸椎骨折は年間 12 万件を超え、約 10% の方は 1 年以内に亡くなっています。骨折の影響で寝たきりになったり、慢性腰痛に悩まされたり、背中が曲がったりして生活に支障をきたすなどの問題も発生しています。

※「骨粗鬆症の予防と治療のガイドライン」2011年版を参考

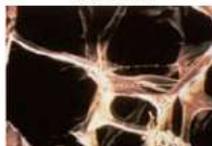
● 腰椎で、骨の健康がわかります

腰椎は、閉経後の女性にとって最も変化が現れやすい箇所です。骨代謝が盛んな海綿骨の情報を多く含んでいるので、骨量の変化をはっきりとらえることができます。また脊椎は、骨粗鬆症によって骨折が起こりやすい箇所です。

健康な骨



骨粗鬆症の骨



※出典：浜松医科大学名誉教授 井上 哲郎先生

Horizon
QDR SERIES

当院で導入の、骨密度測定装置



米国ホロジック社製 Horizon

世界中で高いシェアを誇る、信頼性の高い装置です。骨密度測定分野では世界標準となっており、高精度な骨密度測定が行えます。

～お問合わせ～
新潟労災病院 放射線科受付

025-543-3123

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。



フレイル予防健診を受けてみませんか！

コロナ禍で「自宅に籠りきり」という生活が長期化すると活動量が低下し筋肉も衰えて疲れやすくなりベッドで横になる時間が増えます。これがフレイルのサインです。

新しい生活様式の中、自ら要介護に向かわないためにフレイル予防健診を受検し、予防・改善のためのヒントを見つけませんか。



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（ 医師 ） 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（ 看護師 ）
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
個人指導： 一人ひとりの状態に合わせて 専門のスタッフ 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（ 理学療法士 ）
② オーラルフレイル	② 嚥下・咀嚼機能の評価、指導（ 歯科医師 、 歯科衛生士 ）
③ 栄養指導	③ 食事習慣の把握、低栄養状態予防の指導（ 管理栄養士 ）

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）

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~
- ・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(肥満度)
眼と耳の機能	眼圧 視力 聴力 レントゲン 胸部X線
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
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」又は売店をご利用いただける利用券をお付けしています。

お手軽ドック(生活習慣の簡易コース) 13,750円(税込)

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、来院時間は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(肥満度) 問診
生理機能	胸部X線 血圧 心電図 尿 尿蛋白 尿糖 尿潜血
血液 (肝・血糖・脂質)	AST(GOT) ALT(GPT) γ -GT(γ -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

がん検診・生活習慣予防コース

★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。

		内 容	料 金(税込)
がん検診	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	血液凝固検査含む ※水曜日・木曜日(不定期)	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	男性(CEA CA19-9 PSA)	3,300円
女性(CEA CA19-9 CA125)			
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)		
生活習慣予防	●⑪頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	6,050円
	⑫骨密度検査	X線(腰椎+大腿骨頸部)	4,950円
	⑬内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,300円
	★☆⑭インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)	550円
感染症	⑮肝炎ウイルス検査	B型(HBs)、C型(HCV)	2,365円
	⑯HIV検査	HIV	1,430円

※腫瘍マーカーは人間ドック健診で用いられることが多いですが、いずれの項目も早期がんで上昇するわけではなく、がん以外にも炎症や良性腫瘍、喫煙、妊娠、加齢等の生理的変化でも陽性となることがあります。したがって、腫瘍マーカーだけではがんのスクリーニングとしては適しませんので、画像検査や他の検査と併用して利用されることをお奨めします。

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

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健診担当 FAX 025-543-7110



散歩道



新型コロナウイルスの感染拡大により、最近はお買い物に出かけても直接の接触を避けるため、会計でお金を手渡しすることが少なくなりました。また、クレジットカードやスマホを使った決済を利用する方が増えてきているように感じます。

先日、某コンビニで買い物をしようと会計の列に並んでいると、高齢のご夫婦が店員さんに使い方を聞きながらスマホを使った決済をされていました。その数日後、同じコンビニでまたご夫婦をお見掛けしました。その時は、すでにスムーズにスマホ決済をされていました。



数十年後、私が同じ年齢になった時、どういう時代になっているか想像もつきませんが、このご夫婦のように新しいことにチャレンジできているのだろうか、ふと考えてしまいました。今より技術が進み、逆に簡便になっているかもしれませんが、高齢になった私にもやさしい社会になっていて欲しいものです。

(Y・O)