

## 今月のトピックス

骨粗鬆症予防看護外来(毎週水曜午後)のご案内(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236号 2022年3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

## 飲んだら乗らないで

薬剤部長 中田 吉則

昨年この地に赴任し、新潟のはじめての冬を過ごしました。名古屋育ちの私にとって、これまでは雪が降れば一面の銀世界を期待しワクワクした気分になっていたものですが、この一冬で雪国の大変さを身に染みて感じた次第です。そんな季節もようやく終わりを迎え、春の兆しが少しずつ感じられる今日この頃ですが、相変わらずコロナウイルスは猛威を振るっており、不安とストレスの毎日が続いています。

春を迎えると大変になるのが、花粉症との戦いです。毎年、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどの症状に悩まされている方もたくさんいると思います。今年は、花粉の飛散が昨年の2倍近くになるとの報告もあり、コロナウイルス感染症でマスクの習慣があるとはいえ、毎日の対策が大切です。



最近では、市販のお薬でも病院と同じ成分や量を含む効果のあるお薬がたくさん発売されており、以前に比べると手軽に対処できるようになっています。テレビのコマーシャルでも人気のタレントさんがお薬を紹介していますね。

しかし、気を付けなければいけないのが、こうしたアレルギー薬の多くに、眠気を引き起こす作用があることです。そして、車の運転などに制限があるものもあります。



薬に同封されている説明書には、してはいけないこととして「服用後、乗物又は機械類の運転操作をしないでください」と書かれています。自分は大丈夫だろうと思い、事故を起こしてしまうケースも報告されているので十分な注意が必要です。とくに、飲んだあとの数時間は、眠気が出やすくなるので要注意です。

眠気の少ないお薬もあるのでアレルギー薬を購入するときには、薬局の薬剤師さんに相談してみてください。また、病院でもらう薬には、アレルギー薬の他に、車の運転に制限のある薬がたくさんあります。薬を受け取るときには薬剤師さんの説明をしっかりと聞いてください。そして、薬の説明書もしっかり読んでください。正しく飲んで、安全に効果を発揮させることが大切です。

コロナウイルス感染症が終息し、のどかな季節を迎えられることを願うばかりです。



## 生活の中の放射線…放射線は怖いもの？

中央放射線部長 佐藤 努

“放射線という言葉で思い浮かぶことは？”

今の社会では、原発事故による汚染、核ミサイルの脅威など、環境を破壊し平和や生活を脅かすといった悪いイメージばかりを思い浮かべてしまうことが多いかもしれません。

私たちは、日常の生活の中でも常に放射線（自然放射線：日本では平均 2.1 ミリシーベルト）を受けています。宇宙からやってくる宇宙線や、大地には岩石に含まれるウラン・ラジウム、食べ物の中にも微量のカリウム 40（野菜や肉・魚）が含まれています。

放射線は、使い方によって大きなメリット（利益）が得られます。私たちの生活の中で大きな役割を果たしていることも事実です。農業分野では作物の品種改良や害虫の駆除、工業分野では製品の厚さ測定や非破壊検査（壊さないで内部構造を見る）、ゴムやプラスチックの品質改良などにも利用されています。地球温暖化を懸念する一部の国では、温室効果ガス排出の少ない原子力発電は、クリーンエネルギーとされる考え方もあります。（漏洩事故や廃棄問題等の対応が十分に考慮されたうえで）

その中でも、私たちにとって一番身近で大きな利益になることは、“医療分野での活用”です。放射線検査（レントゲン検査）では“病気やケガの発見と評価”により適切な治療を受けることが可能になります。放射線治療では手術をすることなく悪性腫瘍などをなくす（小さくする）ことができます。



このように、様々な性質や利用価値のある“放射線”ですが、今後、どの分野においても、より安全で有益な放射線利用をおこなっていくために、大変重要な条件があります。

・ ・ 《人によるコントロール(制御)が可能であること》 ・ ・

先の、福島第一原子力発電所の事故は、地震により施設が崩壊したことで、中にある放射性核物質の制御ができなくなったことが原因となります。今も懸命に除染作業や再発防止対策が行われています。

結果を受け、政府は原子力発電や放射線を扱う作業（工場・販売所・流通施設等）に関連した法律（原子力基本法）をより厳しくしました。

医療分野でも同様に、関連する法律（医療法）が厳しくなりました。令和2年4月、患者さんの医療被ばくに関連する“放射線の安全利用に係る法律”が施行されました。放射線を取扱う全ての施設（病院）は、法律に則った適正な放射線管理（制御をするための）を実践することが義務化されました。

当院でも、①法律で許可された放射線装置を使用 ②安全確保のための放射線装置の定期点検（毎日の点検）の実施 ③法律で定められた職員研修の実施 ④診断に必要な最低限の放射線量での撮影、が日常的に実践されています。

今後も、“より安心して安全な放射線診療の提供”をスタッフ一丸となって取り組んで参ります。

## 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。

3/4 山岸 昌一 3/11 竹鼻 伸晃 3/18 川上 来知 3/25 山岸 昌一

※ 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



## 骨粗鬆症予防看護外来（毎週水曜午後）のご案内

こんな症状ありませんか？

- 最近背中が曲がってきた
- 背が縮んだ気がする
- 腰が痛い



骨粗鬆症のご相談をご希望の方は  
まずは、こちらにお電話を！



新潟労災病院骨粗鬆症マネージャー  
TEL 025-543-3123（代）

平日午後2時から3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



新潟労災病院 整形外科外来

# 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～



身体計測	身長 体重 腹囲 BMI(肥満度)
眼と耳の機能	眼圧 視力 聴力
問診 診察	情報提供と説明 指導
胸部X線	※オプション項目である肺がん CTを追加される場合は省略できます
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～

※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。

※オプションとして+3,300円(税込)で腫瘍マーカー検査を追加できます。

男性:CEA, CA19-9, PSA 女性:CEA, CA19-9, CA125

※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。

## 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胸部X線、心電図、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 腹囲 BMI(肥満度) 問診		
血圧	心電図	胸部X線	尿(糖 蛋白 潜血)
血液 (肝・血糖・脂質)	AST(GOT) ALT(GPT) $\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP) 血糖 HbA1c Cre 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		

## ＜新設＞膵がんコース

○精度の高いエコー、MRI で膵がんの早期発見を目指します。

○コースは、MRI コースがおすすりめです！

	内 容	料金(税込)
MRI コース	腹部 MRI 膵臓エコー 腫瘍マーカー(CA19-9)	28,600円
エコーコース	膵臓エコー 腫瘍マーカー(CA19-9)	6,930円

## がん検診・生活習慣予防コース

★は1日ドック、●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	ホルモン測定 甲状腺エコー	8,250円
	②肺	低線量肺CT	9,900円
		低線量肺CT 腫瘍マーカー ※腫瘍マーカーは男女で一部異なります	13,200円
	★③胃	内視鏡 血液凝固検査	16,500円
	★④大腸	便潜血(2回)	1,650円
	⑤肝胆膵	★●腹部超音波 肝炎ウイルス(B型、C型)	8,195円
	⑥前立腺	PSA	1,870円
	⑦乳腺	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	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アミノインデックス	男性(胃、肺、大腸、すい臓、前立腺)	25,300円	
	女性(胃、肺、大腸、すい臓、乳、子宮・卵巣)		
生活習慣予防	●⑩頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	6,050円
	⑪内臓脂肪測定	腹部CT	3,300円
	⑫骨密度	X線(腰椎+大腿骨頸部)	4,950円
	●⑬骨格筋量測定	体成分分析装置(筋肉量)	550円
感染症	⑭肝炎ウイルス	B型(HBs)、C型(HCV)	2,365円
	⑮HIV	HIV	1,430円

## フレイル予防健診

○フレイルとは、要介護になる手前のバイタリティが低い状態を指します。

○専門スタッフが、一人ひとりに合わせた適切なアドバイスを行います！

	内 容	料金(税込)
総合コース	基本項目＋嚥下・咀嚼の評価、指導＋運動指導・栄養指導	38,000円
歯科コース	基本項目＋嚥下・咀嚼の評価、指導	33,000円
運動・栄養コース	基本項目＋運動指導＋栄養指導	33,000円

### 〔基本項目〕

	内 容
身体計測	身長 体重 腹囲 BMI(肥満度) 問診 骨格筋量測定
腹部超音波検査	肝臓 胆嚢 膵臓 脾臓 腎臓 腹部大動脈
血液	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
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)
個人指導	歯科指導:嚥下・咀嚼機能の評価、指導(歯科医師、歯科衛生士) 運動指導:骨格筋量測定データを基に各種運動の紹介(理学療法士) 栄養指導:食事習慣の把握、低栄養状態予防の指導(管理栄養士)

## 歯科ドック

○歯周病菌の予防は大切です！

○2種類のコースをご用意しております。

	内 容	料金(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	5,000円
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	11,000円

すべて予約制です。下記の方法でご予約ください。

- ① お電話またはFAX、医事課0番窓口にてお申し込みください。
- ② ドック・検診申込書をホームページ(<http://www.niigatahjohas.go.jp/>)よりダウンロードできます。

担当:医事課 健診係

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

FAX 025-543-7110



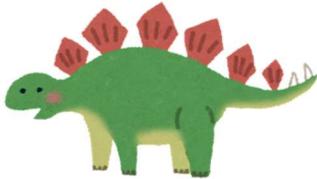
## 散歩道



私には息子がいます。小さい頃から生き物が大好きです。気が付くと、自宅には虫・動物・魚・爬虫類・恐竜など、生き物系の図鑑が出版社毎にほぼ揃っています。息子曰く、出版社によって編集が違うのだそうです。図鑑には付箋が貼られ、沢山のメモが書かれています。付録の DVD も何度も観ており、寝言でも虫や恐竜の名前を言うくらい夢中です。



新型コロナウイルスの流行前は、息子の希望で県外の博物館などにも出掛けました。あまり乗り気ではなかった私も、毎日のように息子の話を聞いているため、実際に展示物を観ると感動します。そして、毎回グッズを沢山購入して、大満足で帰ってきます。



新型コロナが落ち着いたら、また博物館に行きたいと思っています。

(A・K)