

## 今月のトピックス

看護の日イベント「ポスター展」を開催いたしました。（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239号 2022年6月1日

## 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

## ノルマンディー

副院長 柿沼健一

ノルマンディー上陸作戦が決行されたのは、1944年の6月6日のことである。毎年6月になると思い出す。

私がノルマンディーにたどり着いたのも、灰色の雲が流れる肌寒い日だった。案内所でフランス語ができないことを伝えると、農家の離れを改装した小さな旅籠屋（オーベルジュ）を紹介された。日本人が泊まるのは二人目だ、と青眼で迎えてくれたオーベルジュの夫妻は、英語を話す息子が車で案内すると言ってくれたが、その地へはどうしても一人で行きたかったので自転車を借り、胸塞がる思いでオマハ・ビーチとオック岬に向かった。現在の前衛的意匠の慰霊碑や博物館が建造される前のことで、人影も無かった。砲弾による無数の窪地が残り、大軍が侵攻してきた水平線からは、荒く削られた波が寄せ、霧がドイツ軍の堡塁跡を包んでいた。古い褐色の家々は、まるで海岸から打ち上げられた漂流物のように見えた。

カーンの町は、連合軍上陸後の最大の激戦地となった。16、17歳の少年兵からなるヒトラー・ユージェントが初めて実戦投入されたことで知られている。彼らは、総統によって退却を認められず、相次いで斃れていった。その酸鼻を見てアイゼンハワーがダンテの神曲の地獄編だと呟いたと伝わる。勇戦した彼らを鼓舞するために届けられていたのは、チョコレートやキャンディであった。

復興しつつある街並みが、運河に静かな影を落としていた。

別れの日、あまりに廉価な宿賃に恐縮していると、オーベルジュの夫妻は、帰路にとヤギのチーズとパンを更に持たせてくれた。

私は、鎮魂や慰霊といった重々しい主題で、彼の地を訪ねた訳ではなく、ただの風景の一部となって風景の中を歩いてきたに過ぎないが、多くを語ることも無かった夫妻からの厚遇は、遠方訪ねてきた日本人への密やかな謝意も含まれていたのかもしれない。連合軍の盲目的艦砲射撃、凄惨な市街戦、ノルマンディーのフランス民間人の犠牲ものちに識った。

ノルマンディーは、地理的呼称を越えて、忘れ得ない旅として今なお私の胸に底流している。



## 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。

6/3 山岸 昌一 6/10 八島 広典 6/17 竹鼻 伸晃 6/24 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



# 片頭痛

脳神経外科部長 青木 悟

2001年に経口トリプタン製剤が発売されて以後、片頭痛の診療が変わりました。片頭痛に有効な薬が生まれたことで、片頭痛を見直すきっかけになったと言えます。

20～40歳代の女性に多い、こめかみから眼周囲にかけての痛み、頭痛が強く日常生活に支障を来す（74%）、仕事に集中できない（52%）、仕事を休んでしまう（32%）、家族との時間を犠牲にしている（44%）、人との約束を遠ざけてしまう（50%）、次に来る発作が不安（55%）、片頭痛は日本での有病率8.4%、労働生産性の低下による経済的損失は年間2880億円にも上ると試算されています。しかし、モザイク状の視野障害など前兆を伴う片側だけの拍動性頭痛、そんな古典的な片頭痛は片頭痛全体の1～2割であり、多くの片頭痛患者さんは別の頭痛と診断され、適切な診療を受けられない場合があります。

肩凝りを伴う頭痛は緊張型頭痛と診断されてきました。筋肉の凝りが静脈還流を悪くさせ、乳酸が溜まり痛みを感じるとされています。今では国際頭痛分類で片頭痛と診断された患者さんの約7割に肩凝りを伴うことが分かっています。また精神的ストレスは緊張型頭痛を引き起こしますが、片頭痛のきっかけとなる刺激でもあります。肩凝りやストレスがあるだけでは片頭痛を否定できません。かつて緊張型頭痛と診断された患者さんの中に、多くの片頭痛患者さんが潜んでいます。

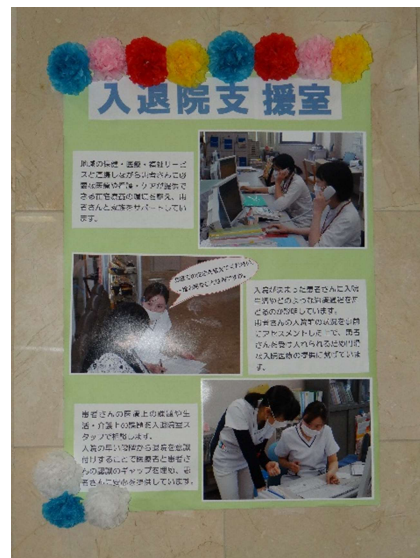
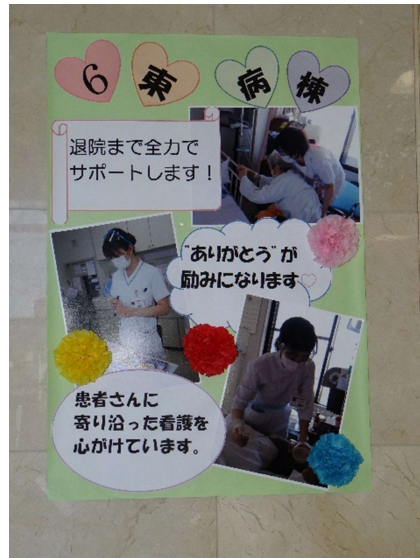
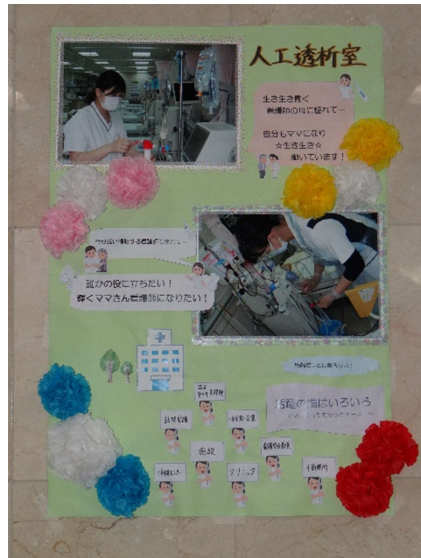
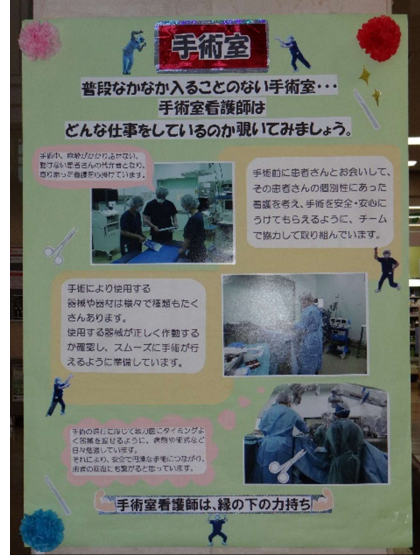
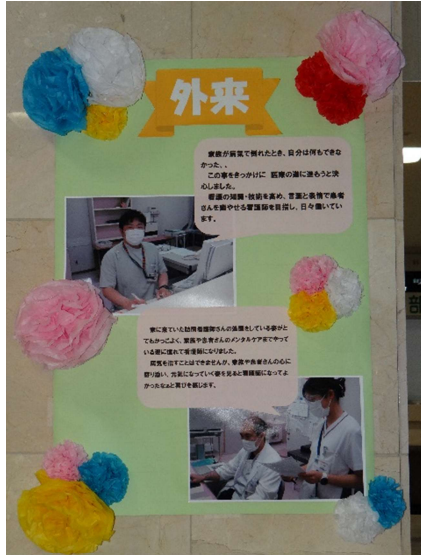
片頭痛は反復性、発作性で、動作により痛みが増悪します。逆に緊張型頭痛は運動により症状が改善します。片頭痛では光や音、臭い刺激は痛みを増悪させることがあります。痛みで寝込む（N）、吐く（H）、苦しむ（K）のNHKは片頭痛の特徴です。片頭痛にはトリプタン製剤が有効です。ただし3割の患者さんには効きません。効かないからと言って指示よりも多くを内服してしまうと、薬剤乱用性頭痛を引き起こし治療困難に陥ります。

月に2回以上の片頭痛発作がある場合には、片頭痛予防治療の対象となります。片頭痛の予防に有効な薬剤として、降圧薬や抗てんかん薬、抗うつ薬、漢方薬など数種類が知られています。そして新たに2021年から、片頭痛の痛み物質であるCGRPに直接作用する片頭痛予防の注射薬が日本でも使用可能となりました。これら予防薬とトリプタン製剤を初めとした急性期治療薬を組み合わせ、それぞれの患者さんに最適な治療を組み立てていくのが、現代の片頭痛治療となりました。



# ★★★ 看護の日イベント【ポスター展】★★★

生き生きと働いている看護師の姿をポスターで紹介しました。



# 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

○胃の検査は内視鏡で行います。

○「がん検診・生活習慣予防コース」「腫瘍マーカー」をオプションとして追加できます。

・料金 44,550円(税込)

・実施日 木曜日 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

- ◇ 胃X線(バリウム)検査をご希望の方、又は胃の検査を希望しない方は、ご相談ください。
- ◇ 腫瘍マーカー検査を 3,300 円で追加可能です。男性:CEA,CA19-9,PSA 女性:CEA,CA19-9,CA125
- ◇ 前日の夜より、食事や飲んでいるお薬についての注意事項があります。詳しくは、人間ドックの案内をご覧ください。
- ◇ 1日ドックには、院内食堂「エデン」又は、売店で使用ができる利用券が付きます。
- ◇ お申込みは、受付日より、約 2 週間後からとなります。予約日の変更、オプション検査の追加や変更についてはお早目にご連絡ください。混み具合により希望日にご予約出来ない場合があります。
- ◇ 会社等ドック補助金の書類がある場合は、事前にお申し出ください。

## お手軽ドック(生活習慣の簡易コース) 13,750円(税込)

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	肝腎機能 血糖 脂質		

## 膵がんコース

○膵に特化したエコー、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・生活習慣病予防・感染症コース

★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肝胆膵腎	★●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、膵臓、前立腺)	25,300円	
	女性(胃、肺、大腸、膵臓、乳、子宮・卵巣)		
生活習慣病予防	●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) 骨格筋量測定(歯科コース除く)
腹部超音波検査	肝 胆 膵 脾 腎臓 腹部大動脈
血液	肝・腎機能 血糖 脂質 血球計算 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:骨格筋量測定の結果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)

## <新規> 歯科ドック

○口腔機能低下予防のためのコースをご用意しました！

	内 容	料金(税込)
オーラルフレイル検診	嚥下、咀嚼、舌運動、口腔乾燥、咬合力、医師による診察	8,000円
歯科ドック	う蝕、歯周病の有無、顎関節、X線を用いて顎骨内外と副鼻腔の状態、医師による診察	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.niigatah.johas.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



今日は何を買おうかな・・・と、わくわくした気持ちで朝市に出かける。朝市に通い、数十年のベテランとなった。出店している方々の名前は知らないが、どの場所に誰がいるかの把握は完璧。トマトやキュウリであっても、作る人によって味が違う。なので、その日の気分で買う人を決める。ビニール袋片手に、他の買い物客とトマトの争奪戦になることもある。自分好みの大きさ、色、形のトマトを欲しい分だけ選ぶのだが、人気の所は早い者勝ち。すでに完売という時もある。



先日は、家に帰りアスパラガスを茹でようと思ったらどこにも見当たらない。お金だけ払って、品物をもらうのを忘れてしまった。残念ではあったが、いつもおまけをしてもらっているからとあっさり諦める。

私にとって朝市は品物を買う以外に、売っている人とのやり取りを楽しむ場でもある。そんな朝市に私は、これからも通い続けるつもりだ。良かったら、皆さんも足を運んでみてはいかがでしょうか。

(E・M)