



みなと

Niigata Rinko Hospital

No.34
Summer

2013.7



瓢湖湖畔(阿賀野市) 撮影:霜鳥 孝 顧問

Contents

TOPICS

- ・人間ドック 受けてみませんか?
- ・INFORMATION

ドクターズメモ vol.31

脂肪肝はほっといていいの? 内科部長 窪田 智之

臨港病院職員のオン&オフ(第5回)

新潟臨港病院 外来診療案内

平成25年7月現在

当院ホームページをご覧ください

[スマートフォンにも対応]

情報は随時更新を行います。
最新の情報は再アクセスして都度ご確認ください。



新しい医師を紹介します (5~7月着任)



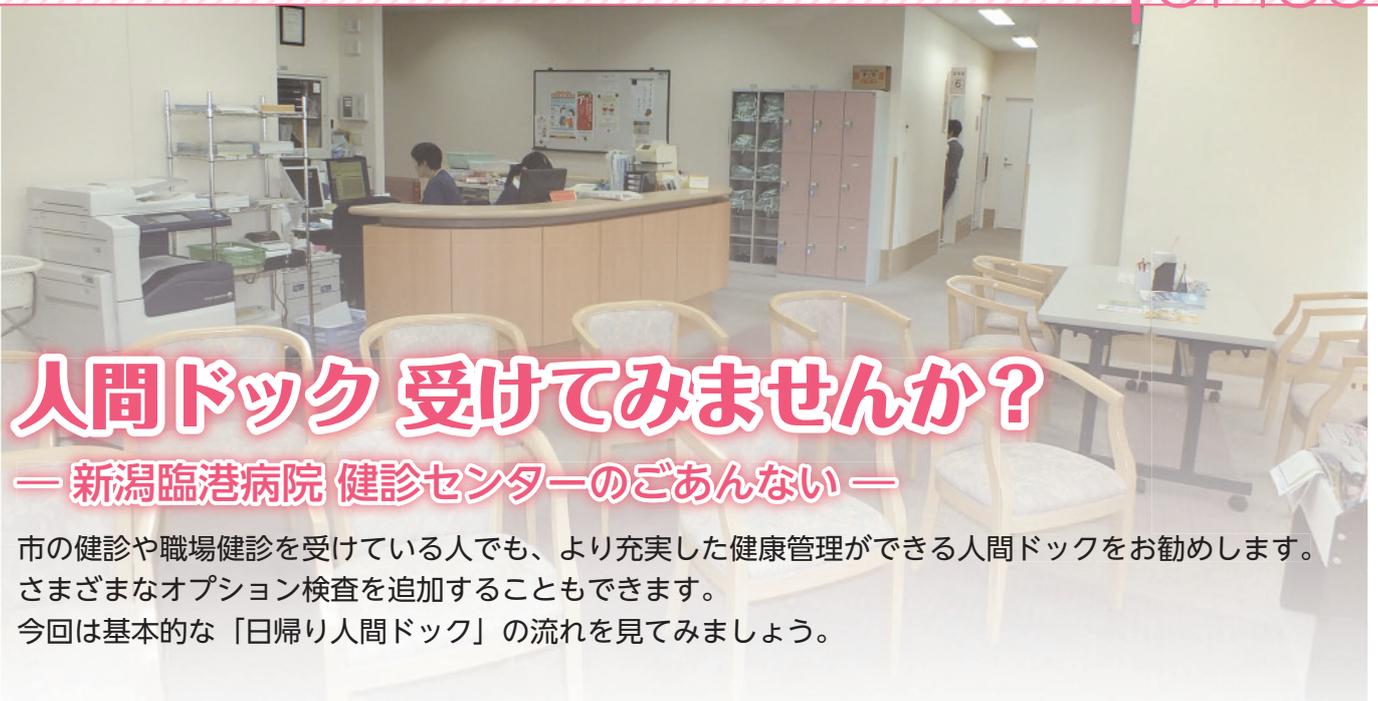
まつざき ひろのり
松崎 浩徳 医師 (整形外科[手の外科・マイクロサージャリー])
5月より、臨港病院に勤務しています。手のけがや病気、四肢の変形や欠損および運動まひに対する治療を専門にしています。



つちだ まさひろ
土田 雅史 医師 (内科)
7月より内科医として勤務しております。地域の皆さんの健康な生活のお役に立てるようがんばります。宜しくお願いします。

外来診療の変更について 予めご了承ください

- 8月13日(火) 全科休診
 - 8月20日(火)~23日(金) 内科は予約の方のみ診察
- その他、診療科・医師により休診の場合があります。
院内掲示・ホームページでご確認ください。



人間ドック 受けてみませんか？

— 新潟臨港病院 健診センターのごあんない —

市の健診や職場健診を受けている人でも、より充実した健康管理ができる人間ドックをお勧めします。さまざまなオプション検査を追加することもできます。今回は基本的な「日帰り人間ドック」の流れを見てみましょう。

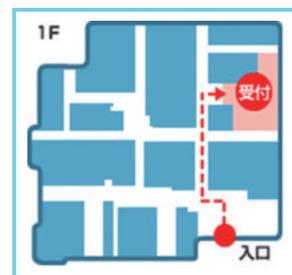


眼や耳の検査もこの部屋で全部できるんですね。

着替えが終わったら、計測室で身体計測や採血、眼や耳、呼吸機能の検査を行います。

視力・眼圧・眼底・呼吸機能検査
検尿・採血・身体計測

人間ドックは外来ではなく院内に設置された「健診センター」でほとんどの検査・問診を行います。朝9時15分（女性は8時30分）までに直接健診センターへおいで下さい。

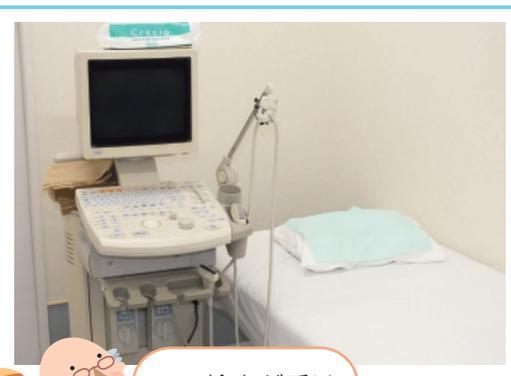


「健診センター」で快適に検査を



心臓や血管の健康状態を調べる検査です。横になっているだけの検査ですからリラックスしてください。

心電図・動脈硬化検査



この検査が受けられるのは人間ドックならではのですね。

肝臓など内臓の状態を超音波を用いて画像化する検査です。

腹部エコー検査

check

胃部のレントゲンは内視鏡（いわゆる胃カメラ）検査に振り替えることができます。



一旦、放射線科へ移動していただき、胸部および胃部のレントゲン撮影を行います。

胸部・胃部の撮影



健診センター 霜鳥医師
(月・火・木・金 担当)

身体のことので気になることがあれば、遠慮なくお尋ねください。

人間ドック健診認定医の医師が血圧測定・問診を行います。

医師問診・血圧測定

日帰り人間ドック	37,800円 (税込)		
オプション料金 (税込)			
頭部CT	11,025円	胸部CT	13,650円
腹部CT	13,650円	内臓脂肪CT	3,150円
頭部MRI、MRA	23,100円	喀痰細胞診	3,465円
骨密度測定	3,780円	腫瘍マーカー	4,095円
ピロリ菌検査	3,000円	前立腺がん検査	1,600円

人間ドックの料金は左表のとおりです。また、ご希望に応じてさまざまな検査を追加することもでき、オリジナルの健診にすることができます。

ご希望に合わせてオプション検査も



検査の結果に基づき、保健師や管理栄養士が今後の健康維持に役立つアドバイスをいたします。詳細な報告書は約3週間でお送りします。もし、異常が見つかった場合は外来受診の予約をお手伝いします。

保健指導

申込・予約（問い合わせもお気軽に）

健診センター 025-274-5331 (代)

平日 13:00 ~ 16:00 にお電話下さい。
ホームページにも詳細掲載しています。

INFORMATION

8月20日(火)「サマーコンサート」を開催します

- 今年のサマーコンサートはジャズ！
当院への受診歴など関係なく、どなたでも入場いただけます。ぜひおいでください。
- ★日時 平成25年8月20日(火)17:00~18:00
- ★会場 新潟臨港病院
1階エントランスロビー
- ・入場は無料です
- ・来場者は外来駐車場利用無料
<駐車券を会場で提示してください>
- 出演者
◆「亀田幸典トリオ」: 亀田幸典[BASS]、KERA[GUITAR]、小林明子[PIANO]



公式Facebookページははじめました

- 広報誌やホームページで伝えきれない病院の近況なども随時アップしてまいります。ホームページと併せてご覧ください。
- ★Facebookページは、Facebookにユーザー登録していない方でも閲覧可能です。
- ★Facebookユーザーの方がページを「いいね！」していただくと、情報があなたのニュースフィードに届きます。
- アクセスはホームページのバナー(右図)から。
(Facebookユーザーは検索機能で「新潟臨港病院」)





脂肪肝はほっといていいの？



内科部長 窪田 智之

最近、脂肪肝が注目されています。

肝臓内に中性脂肪の貯まった状態を脂肪肝といいます。脂肪肝の主な原因は肥満、糖尿病、アルコールです。以前はアルコールによる脂肪性肝疾患が多かったのですが、現在ではアルコールを摂取しないのにアルコール性肝障害に似た肝障害が起こることがわかり、これを非アルコール性脂肪性肝疾患 nonalcoholic fatty liver disease (NAFLD: ナッフルド)と呼んでいます (国内に約1,000万人と推定)。

NAFLDは進行せず良性の経過をたどる単純性脂肪肝と肝硬変、肝癌へと進行する可能性のある非アルコール性脂肪性肝炎 nonalcoholic steatohepatitis (NASH: ナッシュ)が存在します (国内に約100~200万人と推定)。アルコール性の場合には以前から指摘されていましたが、特にNASHも放置しておくとう硬変や肝癌に発展することが近年分かってきました。

NASHは肥満(内臓脂肪蓄積)、糖尿病、脂質異常症、高血圧症といった疾患をもついわゆるメタボリック症候群の方々に起きやすいのです。他にも急激な体重減少や急性飢餓状態、薬剤、完全静脈栄養などで起こる可能性があります。また、ウイルス性肝炎、自己免疫性肝炎、薬物性肝障害などを除外する必要があります。

NASHの治療法として現時点で確立されたもの

はありません。

まず第一に食事・運動療法が基本です。右表をご覧ください。

現在のところ確立された薬物療法は存在しませんが、病態に応じて抗酸化剤(ビタミンE、C)、糖尿病治療薬、脂質異常症治療薬、肝庇護剤、除鉄療法などが行われます。

最後に、健康診断で肝機能障害や脂肪肝があっても、自覚症状がないため放置するケースが多くあります。検査結果を侮ることなく、また自覚症状に惑わされることなく、放置せずに医療機関を受診し、検査や治療を受けることが必要です。いつものところNASHの診断には肝臓に針を刺して組織を調べる肝生検が必須ですが、まずはNASHの疑いがあるかどうかを診てもらうことが大切です。

●食事療法

- 総カロリー 25~35kcal/kg
標準体重*/日
- タンパク質 1.0~1.5g/kg
標準体重*/日

(※標準体重=22×[身長(m)]²)

- 脂質は総カロリーの20%以下
- 砂糖類を控えめに
- 野菜や海藻類を多めに
- ビタミンC、Eを豊富に摂る
- アルコールは原則摂取しない

●運動療法

ウォーキング、ジョギング、水中運動などの有酸素運動などを20分以上週3回以上行いましょう。

臨港病院職員の

オン&オフ

連載 第5回

このコーナーでは、当院職員をピックアップし、仕事やオフタイムについてご紹介します。その職員のお気に入りや、行ってみたいスポットなどで話を伺い、地域情報もお伝えする欲張り企画(笑)です。

今回の職員

上村直史さん

(写真右・放射線科 放射線技師)

川崎弘樹さん

(写真左・放射線科 放射線技師)



ON

— お二人が今の仕事を選んだ理由は？

(川崎) 親類に医療系の仕事に就いている人が多くて…

(上村) 自分も兄のまねをして、医療系の仕事を目指しました。

— 放射線科の中で担当は決まっていますか？

(川崎) 担当する機械がいくつかあって、ローテーションで担当しています。X線、CT、MRI、骨密度測定などです。

— 仕事中に「嬉しい」と思うことはありますか？

(上村) やはり患者さんから「ありがとう」と言われるのがうれしいのですが、直接言われなくとも、診察室などで

「放射線の人が優しくかった」と言われたといった話を後で聞いてもやはりうれしいですね。

(川崎) 仕事のうえではやはり「きれいな写真」が撮れば、それが一番ですね(笑)。

— お二人は別の職場から臨港病院に移られたとか？

(川崎) はい。

(上村) とても雰囲気良くて働きやすいですよ。厳しすぎなくて、良い意味で「ゆるい」ですから(笑)。

(上村) 先輩たちも優しいし。

(川崎) そうだね。

OFF

— 今回こちらのお店に来ようと思った理由は？

(上村) ラーメンが好きで、季節的にも「冷やし中華」が食べたくて、病院から近くて、駐車場も広しい、以前から気になっていました。

— お二人の休日の過ごし方を教えてください



(上村) 小学校・中学校とサッカーをしていたこともあって、サッカー観戦ですね。特に夏のナイター観戦は盛り上がりです。テレビと生では全然違います。ビッグスワンで日本代表戦も見ました。

(川崎) 僕はインドア派なので…。猫(※)を飼い始めたら余計に留守できなくなつて、それでもたまにはリードを付けて外に連れて行きます。

(※) 鹿之助くん。生後3か月くらいのときに里親として引き取ってきたそうです。



— これからやってみたいことなどはありますか？

(上村) 叶わないかもしれないけれど、サッカーワールド

カップを生で見たい。2002年の日韓共催の時は高校生だったのですが、あの時の新潟のような雰囲気をも一度味わってみたいと思っています。

(川崎) 僕は英語ができるようになりたいですね。海外の映画を吹き替えや字幕なしで見たいですし、海外アーティストの歌を訳なしで聞いてみたいです。

スポット情報

今回は当院から車で数分、「三宝亭 赤道錦町店」さんにお邪魔しました。スーパーや専門店などが並ぶ「赤道ショッピングセンター」の一角にあり、駐車場の心配もないので、車のアクセスは申し分ない場所です。

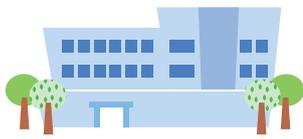
今回いただいた「冷やし中華(税込756円)」や「五目うま煮麺(写真上・税込714円)」のほかにもさまざまな種類のメニューがありますので、家族やグループなどで訪れても、それぞれの好みに合ったものが食べられるのではないのでしょうか。「三宝豚餃子(写真中・税込504円)」は大皿に12個の餃子がのってグループの取分けにぴったりです。



三宝亭 赤道錦町店

東区錦町5-57
TEL 272-3433
営業時間 11:00~23:00
<http://www.sanpou-g.jp/sanpoutei>





新潟臨港病院 外来診療案内

平成25年7月現在



当院は(財)日本医療機能評価機構の
医療機能評価認定病院です

診療科	時間帯	受付時間	診察室	月	火	水	木	金	
内科	午前	8:30~11:00	4診	窪田 由希子	窪田 由希子	窪田 由希子	窪田 由希子	窪田 智之	
			5診	風間 咲美	鈴木 裕	井上 聡	井上 聡	鈴木 裕	
			6診	大澤 豊*1	大澤 豊*2	大学医師*3	窪田 智之	蒲澤 佳子	
			7診	大学医師	坂井 邦彦	大学医師	坂井 邦彦	大学医師	
			8診	桶谷 典弘	加澤 敏広	霜鳥 孝*1	桶谷 典弘	加澤 敏広	
			13診(6診)	—	—	岡田 雅美*4	—	—	
	※1 診察は9:30から ※2 診察は11:00から ※3 第1・3・5水曜のみ診察(予約のみ) ※4 第2・4水曜は6診で診察								
	午後*	予約制 (専門外来) <SAS>は 睡眠時無呼吸 症候群外来 (治療の方対象)	—	5診	—	—	—	風間 咲美*2	—
				6診	—	蒲澤 佳子	大澤 豊	村山 悟	—
				7診	—	—	坂井 邦彦<SAS>	—	—
8診				霜鳥 孝	—	桶谷 典弘*1	加澤 敏広<SAS>	—	
※午後(月~金)の診療時間は13:30~16:00 ※1 水曜(桶谷医師)第3水曜は休診 ※2 診察室が変更になる場合があります									
外科・こう門外科	午前	8:30~11:00	9診	小林 孝	小林 孝*1	畠山 悟	小林 孝	畠山 悟	
			10診	畠山 悟*2	畠山 悟	渡邊 隆興*3	渡邊 隆興*3	渡邊 隆興*3	
			※1 小林医師(火曜)は「こう門外科 紹介外来」(予約制) ※2 畠山医師(月曜)は新患・紹介予約対象 ※3 渡邊医師(水・木・金)の診察は10:00から						
整形外科	午前	8:30~11:00	1診	佐藤 朗	大学医師*1	佐藤 朗*1	植木 将人*1	佐藤 朗	
			2診	湊 泉*1	湊 泉	植木 将人	湊 泉	大学医師*1	
			11診	植木 将人*2	—	—	—	—	
	※1 新患診察担当医 ※2 手の外科(予約制)								
	午後*	予約制 (手の外科)	—	1診	—	松崎 浩徳	—	—	松崎 浩徳
				2診	—	—	—	—	植木 将人
※午後(火・金)の診療時間は13:30~15:30									
眼科	午前	8:30~11:00	15診	橋本 昌美	橋本 昌美	橋本 昌美	橋本 昌美	橋本 昌美	
産婦人科	午前	8:30~11:00	14診	西山 藤司夫	西山 藤司夫	西山 藤司夫	西山 藤司夫	西山 藤司夫	
皮膚科	午前	8:30~11:00	11診	—	坂本 ふみ子	坂本 ふみ子	—	坂本 ふみ子	
歯科口腔外科	午前	8:30~11:00	16診	岡野 篤夫	岡野 篤夫	岡野 篤夫	岡野 篤夫	岡野 篤夫	
	午後*	13:00~16:00	16診	岡野 篤夫	岡野 篤夫	大学医師*	岡野 篤夫	岡野 篤夫	
※午後の診療時間は14:00~16:00 ★水曜(大学医師)は義歯専門									
泌尿器科	午前	8:30~11:00	13診	—	糸井 俊之	大学医師*	糸井 俊之	—	
	午後	13:00~16:00(月) 13:00~15:00(金)	13診	糸井 俊之	—	—	—	伊佐早 悦子*	
※大学医師は第2・4水曜のみ診察 ★伊佐早医師(金曜)は「女性泌尿器科外来」(受付15:00まで)									
耳鼻咽喉科	午後*	13:00~16:00	12診	—	大学医師	—	大学医師	—	
※診療時間は14:00~16:00									

■ 当日受付(予約無)で2科受診される方は10:00までに受付においでください。 ■ 重症・救急の場合を除き、予約の方の診療を優先しています。

当院の外来休診日 ●土曜、日曜、祝祭日 ●年末年始(12/30~1/3) ●創立記念日の午後(5月22日) ●8月13日

理念 ●地域に貢献する病院

基本方針 ●地域に根ざしたトータル医療の提供
●生活習慣病や高齢化社会に対応した医療の提供
●予防医療の推進 ●プライマリケアの実現
●ゆとりある空間の提供 ●朗らかで明るい職場づくり

新潟臨港病院
広報誌 **みなと** No.34

■発行日:平成25年(2013年)7月25日
■発行人:新潟臨港病院 院長 湊 泉
■編集:新潟臨港病院 広報委員会・地域連携センター企画広報室
〒950-0051 新潟市東区桃山町1丁目114番地3
TEL 025-274-5331(代) FAX 025-274-4560 URL http://www.rinko-hp.com

●広報誌「みなと」に関するご意見・ご感想は、
地域連携センター企画広報室宛にお寄せ下さい。

アクセス

■ 路線バス(新潟交通)ご利用の場合
(いずれも臨港病院前下車)

- ◎新潟駅(万代口)・万代シティバスセンター方面より
13 / 13A
山の下・臨港2丁目経由北葉町行き・新潟駅行き
- ◎がんセンター・市役所前方面より
5
古町・入船(営)・みなとトンネル経由臨港病院行き
- ◎東区区バス(松崎ルート)
東区役所~栗山~松崎SC~臨港病院
~フレスポ赤道~東区役所

■ 自動車ご利用の場合

- ◎国道7号新潟バイパス竹尾I.Cより約5km、
紫竹山I.Cより約6km
- ◎みなとトンネル(入船側)からは、
ランプ出口(北海道航路方面)で出て下さい。
(その後案内看板あり)

