

みなと

Niigata Rinko Hospital
Niigata Bandai Hospital

No. 48
Winter

2017.1



新潟臨港神社(新潟市中央区) 撮影 霜鳥 孝 新潟臨港病院顧問

Contents

年頭のご挨拶

ドクターズメモ vol.45

心身症について -ストレスと身体の関係-
新潟万代病院 内科医師 真島 一郎

TOPICS

- ・新潟臨港病院 外科「便失禁外来」を開設しました／新任医師のご紹介／院内で開催する患者教室について／臨港訪問看護ステーション・居宅介護支援事業所 臨港病院の場所が移動します
- ・新潟万代病院 小児科診療廃止のお知らせ／万代訪問看護ステーション・居宅介護支援事業所 万代病院の事業休止について

新潟臨港病院 外来診療案内 新潟万代病院 外来診療案内

※連載「病院の『ことば』」はお休みです

「みなと」はWEBサイトでもご覧いただけます

新潟臨港病院
ホームページ

[スマートフォンにも対応]

新潟臨港病院
Facebookページ

ぜひ「いいね」を!

新潟万代病院
ホームページ

[スマートフォンにも対応]



年頭のご挨拶



社会医療法人新潟臨港保健会 理事長
新潟臨港病院 院長 湊 泉

新年あけましておめでとございます。臨港病院は地域医療に貢献するため、今年は主に次の3点に取り組みます。

まず、4月から外来化学療法室を新たに開きます。抗がん剤の治療では、薬剤投与中の適切な管理、処置が必要で、さらに長時間にわたりベット上に拘束されるため、快適な環境が必要です。現状では一般の方と同じ外来点滴室で治療しており、患者さんの出入りがあつたりで、快適な環境ではなかったと思われまふ。今回、専用の部屋を作りますので、薬ではない治療も少しは快適になると期待しております。

次に、認知症診療を充実させます。厚生省によると65歳以上の高齢者の4人に1人は認知症またはその予備軍と言われ、今後も増えることが予想されます。認知症は脳卒中、関節疾患、骨折・骨折転倒と並んで寝たきりの主要な原因ですし、医療、看護、介護、福祉の現場で問題になることが日常茶飯事で、社会への影響も少なくはありません。現在は月に一度の物忘れ外来を開いておりますが、4月以降、常勤医による物忘れ外来を週回数開く予定で、早期診断、治療に取り組みたいと思っております。

三つ目は医師、看護師など医療チームが訪問し、病気療養を住み慣れた自宅で行う、在宅医療を充実させます。新潟県では2025年までに在宅医療は25%増える見込まれております。臨港病院の訪問看護は20数年の歴史があり活動は広く認められ評価されております。万代病院には一昨年開設し、徐々に認知度を上げてまいりました。サービスの向上のためには規模を拡大する必要があると判断し、このたび、万代病院の部門は休止とし、臨港病院の部門と合併することにしました。

以上の他にも、皆様の健康を増進し、病気の予防、治療のため臨港病院、万代病院お互いに補完し合いながら協力して取り組んでいきたいと思っておりますので、皆様のご意見、ご支援をよろしくお願いたします。



新潟万代病院 院長 堂前 洋一郎

明けましておめでとございます。今年もよろしくお願いたします。

万代病院は新規に臨港保健会に入り3年目の年となります。ホップ、ステップ、ジャンプのように飛躍の年にしていきたいと考えています。

万代病院では新潟市の中心街という立地を生かして、さらなる専門性を高めていきたいと思っております。内科では糖尿病、消化器を、整形外科では股関節外科を中心に患者さんに信頼でき、診療所の先生方にもあの病院なら大丈夫だという信頼できる病院を目指していきます。大きな病院がたくさんある新潟市の中では診療所と病院の橋渡し役も必要です。診療所では手に負えないが、しかし大きな専門病院では入院し、治療までは比較軽度の患者さんのようにどこころとなる病院の役割も果たしていきたいきます。

また、患者さんに寄り添え、患者さん目線の優しい病院作りを目指します。そのためにはマイノリティーに優しい病院でありたいと思ひます。マイノリティーとは弱者のことで、たとえば高齢者、貧困層、LGBT（性的マイノリティー者）などです。マイノリティーに優しくできる病院は多くの方にも優しくできると信じているからです。

万代病院では今年から居宅介護支援事業所、万代訪問看護ステーションは臨港病院に合併吸収します。今後、在宅医療がますます重要になってくるので事業規模を拡大し、将来に備えるための発展的解消と思っております。

さらに3月31日をもって小児科を閉鎖いたします。病院の機能として、入院を中心としての小児科が求められているはずですが、一人の小児科医ではその機能を十分に果たすことができないと考え閉鎖いたしました。将来複数の医師が確保できれば再開も視野に入っております。

今後皆様とともに歩んでいくつもりです。ご協力、ご指導をよろしくお願いたします。

外科「便失禁外来」を開設しました

「トイレに間に合わず便が漏れてしまう」「知らないうちに便が漏れている」

…これまで恥ずかしさや不安感、どこへ行けば良いのかわからないなどの理由から一人で悩んでいた方、日常生活に支障を来している方などを対象に、大腸肛門機能の専門的診断と治療を行う「便失禁外来」（毎週水曜午後／完全紹介予約制）を本年1月より開設しました。

■このようなことでお困りの方はいらっしゃいませんか

- 便意を感じると我慢できず、すぐにトイレに行かなければならない
- 知らないうちに便が出て、下着を汚すことがある
- 便が出るのがわかっていても止められない
- 無意識のうちにおならが出て、周りから指摘されることがある

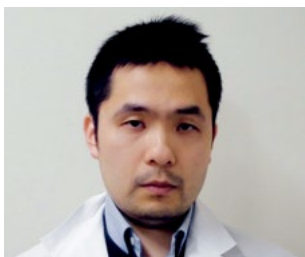


便失禁外来は紹介予約・定員制の外来です。かかりつけの先生からのご紹介により、一人ひとりの症状やお悩みに合わせた治療を提案させていただきます。受診を希望される方は、かかりつけ医を通じて紹介、診療予約をお取りいただくようお願いいたします。

特にかかりつけの無い方（紹介状をお持ちになれない方）は、平日午前（8：30～11：00）に総合受付にて外来看護師へご相談ください。

【おことわり】「便失禁外来」は、ご自身によって「歩いて通院できる」、「正確に排便日誌を記録できる」、「薬の管理ができる」方を対象とさせていただきます。

新任医師のご紹介 平成28年11月着任



臨港病院

とうげ こうじ
峠 弘治 医師（外科）

笑顔で診療にあたります。頑張ります。
よろしく申し上げます。



小児科診療 廃止のお知らせ

新潟万代病院では、本年3月末をもちまして、小児科の診療を廃止させていただきます。逡信病院時代からの永年のご利用に御礼を申し上げます。

現在小児科外来通院中の患者さんには、3月末までの間に他院あての紹介状を作成させていただきます。

ご不便をおかけし大変申し訳ございませんが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

万代訪問看護ステーション 居宅介護支援事業所 万代病院 事業休止について

新潟臨港保健会では在宅医療への取り組み強化を目的に「居宅介護支援事業所 万代病院」、「万代訪問看護ステーション」の事業について下記期日を以って休止し、機能を臨港病院内の事業所に統合することとしました。現在各サービスをご利用の方には、引き続き臨港病院内事業所のサービスをご利用いただけますが、今後のご利用につきまして順次相談をさせていただきます。利用者皆様、各事業所様には何とぞご理解賜りますようお願い申し上げます。

【休止年月日】

居宅介護支援事業所 万代病院 : 平成29年1月31日

万代訪問看護ステーション : 平成29年3月31日

心身症について —ストレスと身体の関係—



新潟万代病院 心療内科医師 真島 一郎



私は内科医（呼吸器内科）であり、心療内科専門医でもあります。心療内科に興味を持ったのは、学生時代に非常に不安そうな表情の患者さんを見たからです、すなわち身体的治療（の説明）だけで患者さんは果たして満足されているのだろうか？という疑問を持ったのがきっかけです。

この度は「ストレス」を中心に、「心身症」について説明させていただきます。まず、日本で「心身症」という言葉が有名になったのは、1982年2月9日に起きた日航機羽田沖墜落事故からですが、当時は誤った意味で使われていたことがわかっています。正しくは、心身症とは、1991年の日本心身医学会による定義によれば、「身体疾患の中で、その発症や経過に心理社会的な因子が密接に関与。器質的ないし機能的障害がみとめられる病態をいう。神経症やうつ病など他の精神障害にもなう身体症状は除外する」です。例を挙げると、高血圧症や胃潰瘍などの身体疾患に、心理・社会的因子（ストレス）が密接に関与した状態です。以上より、すべての疾患を身体面

のみならず心理・社会・環境面も含めて全人的にみていこうとする医学が「心身医学」であり、実践することが「心療内科」の役割です。

さて、ストレスの実態とはいかなるものでしょうか？私たちは良く、ボールが指（ストレッサー）で押されてゆがんでいる状態と説明します。もちろん指を離せば正常状態にもどりますが、指で長時間あるいはさらに強く圧迫すると、ボールの空気が抜けてしまいか破裂してしまい正常にはもどらなくなってしまう可能性があります。こうなると何らかの心身の異常が出てくるわけです、すなわち、精神面では「うつ病など」、行動面では「不登校や暴力など」、そして身体面では「心身症」です。



それでは、ストレスにどう対処したらよいのでしょうか？
① **ストレスに気付く**：
「心身の状態がいつもとは違う」という主観（感じ方）を大

切にして下さい。また、疲れている時ほど他人ではなく、ご自分のことを優先させてください。

② **ストレスから逃げる（離れる）**…できるだけ「逃げるが勝ち」です。

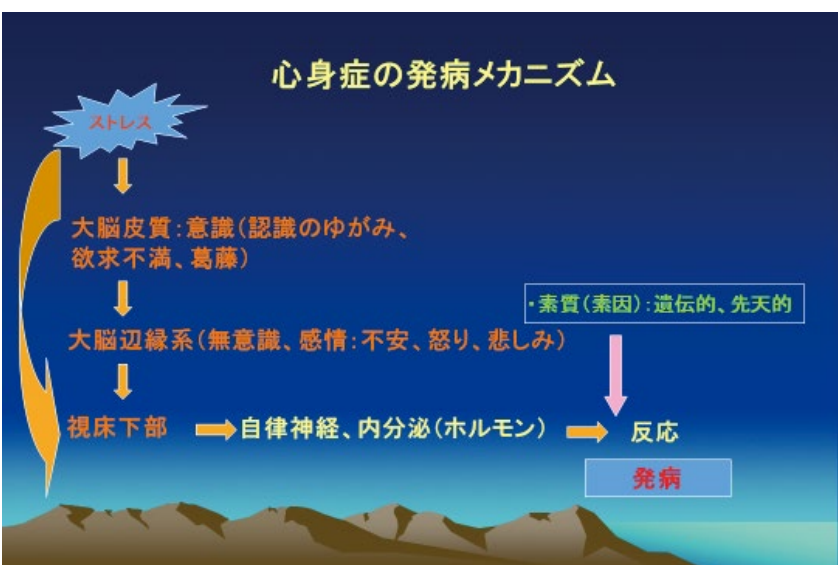
③ **感情を発散する**…ストレスに伴う感情、例えば不安・怒り・憎しみ・悲しみなどを言葉にする（書くことも）、良き相談相手に話したりして発散する（外出することです）。

④ **五感を満足させる**…視覚（いい景色を見るなど）、聴覚（好きな音楽を聴くなど）、嗅覚（好きな匂いを嗅ぐ）、味覚（美味しいものを食べる）、触覚（ペットと触れ合う、マッサージなど）↓自律神経がリラックスします。

⑤ **ストレスを重ねない**…できるだけ、ストレスになることを重ねないように調整する（↓たびたび重なると、当然身体への影響が強くなります）。

※感情↓大脳辺縁系にあり、意識的にはコントロールしにくい（発散が重要!）。

心身症の発病メカニズム



当院の心療内科では、患者さんの症状や悩みに寄り添いながら、一緒に悩みつつ二人三脚での治療を心掛けています。なお私は内科医でありますので、心の深い悩みに対するいわゆるカウンセリングは行っておらず、抗不安薬や抗うつ薬などの薬物治療が中心となります。なお、感情や行動面がかなり不安定な

方は、精神科の先生をまずは受診していただきたいと思いますし、当外来から精神科へ紹介させていただくこともあります。何卒ご了承ください。

最後に、仏教用語であらゆる苦しみを意味する「四苦八苦」があります。

「四苦」とは、生・老・病・死の四つの苦しみ。「八苦」とは、愛する者との別れの苦しみ・恨み憎む者に会う苦しみ・求めているものを得られない苦しみ・心身を形成する五つの要素から生じる苦しみであり、人生はまさにストレスに満ちています。ただ、この人生を受け入れつつ、昨日は悔やまず、明日は憂えず、今ここを大切に（流しソーマンのイメージで、目の前のソーマンに集中しましょう。）、完全を目指さずとも70%の生き方でもけっこうです。

ありがとうございました。

お役立てください

参加費無料!

院内で開催する患者教室について

新潟臨港病院では、職員が講師となり、病気に関わるさまざまなことについてお話しする各種教室を開講しています。

いずれの教室も無料でご参加いただけます。ご都合のつく回のみでの参加で構いません。また、患者さんのご家族や、関連する病気の治療中でない方でも、興味・関心のある方ならどなたでも参加いただけます。

ぜひ、ご自身・ご家族の病気の理解、健康づくりにお役立てください。

「糖尿病教室」(2階会議室／事前申し込み不要)

毎月第3水曜日の午後3時から定期開催しています。医師や看護師、栄養士などスタッフが毎回多彩なテーマでお話ししています。

今後6ヶ月の予定は右表のとおりです。

開催日	テーマ	講師
2/15	糖尿病合併症・血糖コントロール	内科医師
3/15	今すぐできる楽しい運動	理学療法士
4/19	上手な外食・間食の摂り方	管理栄養士
5/17	糖尿病と足の深い関係	看護師
6/21	薬とインスリン注射	薬剤師
7/19	災害時の食事	管理栄養士

「おしえてCOPD いきいき呼吸教室」(2階会議室／事前申し込み不要)

昨年10月より不定期で開催しています。

呼吸器の病気「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」に関する日常生活、栄養などをテーマにお話しします。

※予定は院内掲示・ホームページ・Facebookでお確かめください。



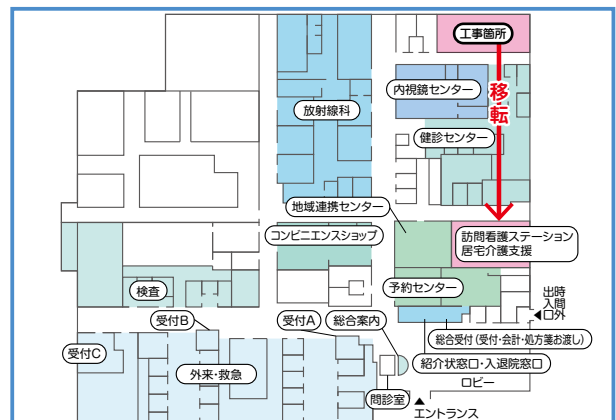
また、不定期となりますが「市民公開講座」などを病院内外で随時開催しています。ホームページ・Facebookページ・院内掲示でお知らせしますので、ぜひチェックしてください。

- 臨港訪問看護ステーション
 - 居宅介護支援事業所 臨港病院
- ### 場所が移動します

1月下旬、訪問看護・居宅介護支援の部署が1階地域連携センター隣りに移動します。

従来の訪問看護・居宅介護支援の場所については2月から3月中旬にかけて化学療法室新設の工事を行います。

工事期間中、多少騒音が発生する見込みです。ご迷惑をお掛けしますがご理解のほどよろしくお願いいたします。





丁寧で良質な医療を提供し
地域で信頼される病院を目指します

新潟臨港病院 外来診療案内

診察室は診察室番号です。

平成29年1月現在

当院は日本医療
機能評価機構の
医療機能評価
認定病院です



日本医療機能評価機構
認定第 JC642 号

■ 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。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30~11:00	一般内科・呼吸器・新患 4診 窪田 由希子	一般内科・呼吸器・新患 4診 窪田 由希子	一般内科・呼吸器・新患 4診 窪田 由希子	一般内科・呼吸器・新患 4診 窪田 由希子	消化器 4診 窪田 智之
		消化器 5診 鈴木 裕 (臨時) ※再来予約制	消化器 5診 鈴木 裕	消化器 5診 井上 聡	消化器 5診 井上 聡	消化器 5診 鈴木 裕
		腎臓 6診 大澤 豊	腎臓 6診 小川 麻 ※診察は9:30から	6診 新大医師 ※第1・3・5水曜のみ診察(予約のみ)	消化器 6診 窪田 智之	腎臓 6診 小川 麻
		一般内科・呼吸器・新患 7診 真島 一郎 (万代病院医師)	呼吸器 7診 坂井 邦彦	一般内科・新患 7診 新大医師	呼吸器 7診 坂井 邦彦	一般内科・新患 7診 新大医師
		呼吸器 8診 桶谷 典弘	呼吸器 8診 筒井 奈々子	腎臓 8診 霜鳥 孝 ※診察は9:30から	呼吸器 8診 桶谷 典弘	呼吸器 8診 筒井 奈々子
	午後 予約制 (専門外来) 診療時間は 13:30~16:00 睡眠時無呼吸 症候群外来は 治療中の方対象	腎臓 8診 霜鳥 孝 ※再来予約制	もの忘れ・頭痛・しびれ 4診 新大医師 ※第4火曜のみ ※予約制/初診は総合 窓口でご相談ください	腎臓 6診 大澤 豊 ※予約制	糖尿病 6診 村山 悟 ※予約制	—
		—	—	睡眠時無呼吸 7診 坂井 邦彦 ※予約制	睡眠時無呼吸 8診 筒井 奈々子 ※再来予約制	—
		—	—	呼吸器 8診 桶谷 典弘 ※再来予約制(第3水曜は休診)	—	—
		—	—	—	—	—
		—	—	—	—	—
外科・こう門外科	午前 8:30~11:00	9診 小林 孝	こう門外科紹介外来 9診 小林 孝 ※予約制	9診 渡邊 隆興	9診 小林 孝	9診 渡邊 隆興
	午後 ※	—	—	便失禁 9診 小林 孝 ※紹介予約制	—	—
※水曜/午後 [便失禁外来]: 紹介予約患者または外科医師の指示による方のみ						
整形外科	午前 8:30~11:00 手の外科は外傷急患 以外は予約の方のみ	1診 湊 泉	1診 牧野 正晴 (万代病院医師)	1診 佐藤 朗	1診 湊 泉 ※2診の場合があります	1診 佐藤 朗
	午後 ※	—	—	—	—	4診 東條 猛 [第2・4金] リウマチ関節 ※予約制
※水曜/午前2診[手の外科]: 医師の指定はできません						
※第2・4金曜/午後4診[リウマチ関節外来]: 院内医師の指示または紹介予約患者のみ/診療時間は13:30~16:00						
眼科	午前 8:30~11:00	15診 橋本 昌美	15診 橋本 昌美	15診 橋本 昌美	15診 橋本 昌美	15診 橋本 昌美
産婦人科	午前 8:30~11:00	14診 西山 藤司夫	14診 西山 藤司夫	14診 西山 藤司夫	14診 西山 藤司夫	14診 西山 藤司夫
皮膚科	午前 8:30~11:00	—	11診 坂本 ふみ子	11診 坂本 ふみ子	—	11診 坂本 ふみ子
歯科口腔外科	午前 8:30~11:00	16診 中川 綾	16診 中川 綾	義歯 16診 大学医師	16診 中川 綾	16診 中川 綾
	午後 13:00~16:00 診療時間は14:00~16:00	16診 中川 綾	16診 中川 綾	義歯 16診 大学医師	16診 中川 綾	16診 中川 綾
泌尿器科	午前 8:30~11:00	—	13診 糸井 俊之	—	—	13診 糸井 俊之
	午後 13:00~16:00 診療時間は13:30~16:00	13診 糸井 俊之	—	—	13診 新井 啓	—
耳鼻咽喉科	午前 8:30~11:00	—	—	—	12診 新大医師	—
	午後 13:00~16:00 診療時間は14:00~16:00	—	12診 新大医師	—	—	—

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

地域に心がよわすよりよい医療

新潟万代病院 外来診療案内

診療室は診察室番号です。

平成29年1月現在

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30~11:30	1診 古寺 邦夫 循環器	1診 山谷 恵一 内分泌	1診 山谷 恵一 内分泌	1診 古寺 邦夫 循環器	1診 山谷 恵一 内分泌
		2診 丹羽 恵子 消化器	2診 二宮 悟 内分泌	2診 鈴木 亜希子 内分泌	2診 二宮 悟 内分泌	2診 真島 一郎 呼吸器
		3診 二宮 悟 内分泌	3診 布施 香子 血液(新大医師)	※隔週 診療日をお確かめください 3診 古寺 邦夫 循環器 3診 真島 一郎 呼吸器	3診 鈴木 亜希子 内分泌	3診 成田 美和子 血液(新大医師)
	午後 13:00~16:00	—	1診 大澤 豊 CKD(臨港病院医師)	1診 丹羽 恵子 消化器 ※診療は14:00~	1診 山谷 恵一 内分泌	1診 二宮 悟 内分泌
		2診 鈴木 亜希子 内分泌	2診 真島 一郎 心療内科・呼吸器内科	2診 早川 晃史 消化器	—	2診 早川 晃史 消化器
小児科	午前 8:30~11:30	三枝 伸子	三枝 伸子	三枝 伸子	三枝 伸子	三枝 伸子
	午後 13:00~16:00	三枝 伸子	新大医師	新大医師	三枝 伸子	新大医師
外科 (乳腺・血管)	午前 8:30~11:30	—	根元 夕里子 血管外科	根元 夕里子 血管外科	—	根元 夕里子 血管外科
	午後 13:00~15:00	—	—	小山 諭 乳腺(新大医師)※予約制	辰田 久美子 乳腺(新大医師)※予約制	—
整形外科	午前 8:30~11:30	1診 牧野 正晴	1診 宮坂 大 (新大医師) 股関節 ※予約制	1診 酒井 芳倫	1診 牧野 正晴	1診 牧野 正晴
	午後 13:00~16:00	2診 酒井 芳倫	—	—	2診 堂前 洋一郎	—
		2診 堂前 洋一郎	1診 牧野 正晴	—	1診 遠山 知香子 (新大医師) 第2・4木曜のみ	—
産婦人科	午後 13:00~16:00 (水)のみ15:30まで	西山 藤司夫 (臨港病院医師)	西山 藤司夫 (臨港病院医師)	新大医師	—	新大医師
眼科	午後 13:00~15:00	橋本 昌美 (臨港病院医師)	—	—	—	橋本 昌美 (臨港病院医師)
泌尿器科	—	休診中				

当院の外来休診日

- 土曜、日曜、祝祭日
- 年末年始 (12/30~1/3)
- 8月13日

新潟臨港病院 アクセス

〒950-8725 新潟市東区桃山町1-114-3 TEL 025-274-5331(代)

■ 路線バスご利用の場合「臨港病院前」下車(バス停は病院敷地内です)

臨港線	E10 新潟駅前(万代口)~沼垂四ツ角~山ノ下~臨港病院前
	E11 新潟駅前(万代口)~沼垂四ツ角~新日本海フェリー~臨港病院前
	E12 新潟駅前(万代口)~沼垂四ツ角~桃山町~臨港病院前
西越線	C51 市役所前~古町~入船(船)~(みなとトンネル)~臨港病院前

■ 自動車ご利用の場合

- 国道7号バイパス 紫竹山I.Cより約6km、竹尾I.Cより約5km、一日市I.Cより約7.5km
- みなとトンネル入船側からは、トンネル内のランプ出口(北海道航路方面)利用が近道です

新潟万代病院 アクセス

〒950-8584 新潟市中央区八千代2-2-8 TEL 025-244-4700(代)

■ 路線バスご利用の場合「新潟万代病院前」下車(新潟駅前~万代病院前間は大人100円)

上所線	S40 新潟駅前(万代口)~新潟万代病院前~南高校前~平成通~女池愛宕
	S41 新潟駅前(万代口)~新潟万代病院前~南高校前~ユニオンプラザ前
八千代橋線	C60 新潟駅前(万代口)~新潟万代病院前~八千代橋~西堀通~入船営業所
新大病院線	C80 新潟駅前(万代口)~新潟万代病院前~八千代橋~川端町~新大病院
空港線	E27M【モーニングライナー】松浜~北葉町~新潟万代病院前~江南高校前
河渡線	E32M【モーニングライナー】下山スポーツセンター~河渡~新潟万代病院前~江南高校前
大形線	E47M【モーニングライナー】一日市~大形本町~新潟万代病院前~江南高校前

■ 自動車ご利用の場合

- 新潟伊勢丹と八千代橋東幸(幸西1)の間に病院および有料駐車場の入口があります。

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

