



県立十日町病院便

県立十日町病院広報誌

2021.2



病院の理念「命の尊厳・信頼と安心の病院」を目指して

- ・患者さんを中心とする医療の展開と、安全管理に努めます
- ・高度医療の充実と、救命救急医療の機能強化に努めます
- ・地域の中核的な病院として、他の医療施設との連携に努めます
- ・優しさと思いやりのある接遇と、医療技術の研鑽に努めます
- ・安らぎと潤いのある、快適な療養環境の提供に努めます
- ・改善に積極的に取り組み、経営の健全化に努めます



明けましておめでとうございます。
今年もよろしくお願ひ申し上げます。



2021年(令和3年)1月1日外は大雪です。街から音が消え真っ白で静かな正月です。今年はいつもととは違う過ごし方が求められています。不要不急な外出は控え、できるだけ家族と共に過ごす stay home、自宅での tele work など従来の働き方と違う様々な取り組みが行われています。2020年は当初より COVID-19 に振り回された1年でした。2019年末頃から中国・武漢を中心に原因不明の肺炎が広がり、2020年1月には武漢市当局が患者情報を発表。海鮮市場閉鎖。2月上旬クルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス」が横浜港に寄港。船上での検疫にて多数の陽性者が判明また死亡者も確認されましたが、WHO はこの時点ではパンデミックには該当しないとの声明を出していました。3月に入るとヨーロッパを中心に感染は拡大し、日本でも感染者は増加。東京五輪・パラリンピックの延期決定。コメディアン志村けんさんが新型コロナ感染にて死去。4月に緊急事態宣言発動。5月のゴールデンウィークには遠出をすることもできず、私は深緑のなか散歩の毎日でした。

現在日本の1日の感染者数は3000人、東京では1000人に迫る勢いだ、1月1日にこの原稿で書いていたのですが12月31日には4500人、東京は1300人以上の感染が確認されていました。感染拡大が止まらない首都圏の4知事は緊急事態宣言の発令を要請。しかし、日本よりPCR検査数が多いドイツでは都市のロックダウンを行っても日本とは違って感染制御には至っていません。コロナウイルスの制御には3密の回避とワクチン供給までの都市隔離、その後のワクチン接種に期待が寄せられますが、これは一国だけの問題ではありません。

これからはウイルス制御後も世界規模で少しずつ社会のあり方、家族のあり方、コミュニティ、ライフスタイルが変わっていく、15-20年後を目標として水素エネルギーなどを用いた脱炭素社会・再生エネルギーへの取り組みが社会の変化に追い打ちをかけていくと思われます。

2020年大晦日の紅白で松田聖子さんが「瑠璃色の地球」を歌いました。

夜明けの来ない夜は無いさ

あなたがポツリ言う

燈台の立つ岬で

暗い海を見ていた

(作詞：松本隆)

“夜明けの来ない夜は無い” いい言葉です。

副院長 福成博幸



四季の彩 (冬)



あなたはまだ、「たかがつわり」と思っていませんか？

～ 根性論や武勇伝は、マタニティハラスメントですよ ～ 産婦人科部長 小菅 直人



つわりは、多くの妊娠女性が経験し、ドラマなどでも妊娠の徴候として表現されることが多いとてもポピュラーな妊娠の初期症状です。しかし、その一方でつわりは病気じゃないというような、ひと昔もふた昔も前の認識を未だにもっている方も多く、妊娠女性に対する社会の理解が少ないのが現状です。職場や家庭、社会全体につわりへの理解が広がり、女性が妊娠しても暮らしやすい環境が整うことは、妊婦さん本人の精神的ストレスが緩和されるだけでなく、妊娠・出産にともなう人財喪失の防止や少子化改善も期待されます。

妊娠時に仕事をしてきた女性 500 人を対象としたあるアンケートでは、妊娠 2 ヶ月以内に職場に妊娠を報告した女性は約 45%と半数以下です。流産の時期が過ぎ、安定期になるまで報告を控えていることが要因と推測されますが、つわりが妊娠 2 ヶ月(妊娠 5～6 週)から発症することを考えますと、少なくとも数週間は、妊娠していることに気づいてもらえないまま、体調不良を我慢して働いていることとなります。更に妊娠中に仕事を辞めた最大の理由(約 30%)は、つわりによる体調不良となっています。妊娠・出産は、自身のキャリアや人生に大きな影響を与えますが、今後のことをゆくりと考える時間のないまま、重いつわりが襲ってくる場合もあり、家族や職場からつわりへの理解が得られない状況では、心身への負担はますます大きくなります。つわりへの理解が得られにくい一つの原因として、その症状の個人差が非常に大きいことがあげられます。同じ病気にも関わらず、全くといっていいほど症状のない方がいる一方で、ひと月以上飲まず食わず、ほぼ寝たきりの状態で点滴によって 1 日 1 日を何とか乗り越えている方もいます。妊娠を強く望んでいた女性でさえも、あまりのつわりの辛さゆえ、中絶が脳裏によぎる場合もあり、無事に出産に至ったとしても次の妊娠に踏み出せない方もいます。残念なことではありますが、職場への影響を気にして仕事を辞める方や、職場で不当な扱い、心ない言葉をかけられ、辞めざるを得ない方もいます。「私(もしくは妻)達の頃はつわりくらいじゃ休めなかった」「つわりは気の持ちよう」「妊娠は病気じゃない」「人が少ないから今休まれると困る」「自分が欲しくて妊娠したんでしょ」「休むのであれば、休職ではなく、一旦解雇の扱いになります」などは、ハラスメントや法律違反となります。

一方で妊娠中仕事をする上で助かったことは何ですか？というアンケート(複数回答可)では、約 60%が上司や同僚からの配慮、約 50%が夫からの協力、約 40%が実母(実家)の協力という結果となっており、職場や家族の理解が、妊娠女性の大きな支えになっていることが分かります。

つわりは妊娠初期に悪心、嘔吐、胸やけ、倦怠感、眠気、寒気、唾液分泌過多などの症状を認め、これらの症状が重篤化し、5%以上の体重減少、代謝異常など全身状態が障害された場合を悪阻と言います。頻度は 50～80%と高く、入院治療を要するものは全妊婦の 1～2%です。明らかな原因は現在も不明で、合併症として嘔吐による電解質異常や酸塩基平衡の異常、ビタミン B1 欠乏による Wernicke 脳症、脱水による血栓塞栓症があります。

生活指導として、少量頻回の食事・水分摂取や、臭いの少ない食べ物、しょうがの摂取、マルチビタミンの摂取が有効とされます。治療には、補液やビタミン B1、B6、メトクロプラミド、漢方薬(小半夏加茯苓湯など)が用いられますが、その効果は限定的です。ヒスタミン H1 受容体拮抗薬、やセロトニン 5-HT3 受容体拮抗薬(オンダンセトロン)は比較的効果が望めますが、本邦では適応外使用となります。

男女雇用機会均等法や労働基準法で、妊娠中の勤務緩和や休憩に関する措置、本人が請求した場合には軽易業務への転換、時間外や休日・夜間業務の制限などの規定があることから、事業主はこれらの措置を受けたことを理由として解雇・降格・減給・契約変更などの不利益な取扱いを行うことは禁止されています。妊娠・出産に関するハラスメントも近年社会的に問題となり、平成 29 年には、事業主は職場における妊娠・出産等に関するハラスメントを防止する措置を講じなければならないと改正されました。

つわりのある妊婦自身が、周囲への影響やハラスメントなどを心配して、仕事を頑張りすぎてしまうことは、つわりに対する職場の認識が変化せず、その後に妊娠した女性も、同様に無理をし続けなくてはならないという負のスパイラルを生じます。産婦人科医としては、職場や社会へ理解してもらうためにも、必要以上に無理をせず、早めの勤務緩和や休業の診断書(母性健康管理指導連絡カード)を記載するように心がけていますが、妊娠したときはお互い様という気持ちを皆が持ち、妊娠女性への配慮が当たり前の社会になることを節に願う次第であります。



四季の彩 (冬)



整形外科からのお知らせ

お知らせ

県立十日町病院 整形外科部長
倉石 達也



当院は日本手外科学会基幹研修施設に認定されました。

日本手外科学会基幹研修施設には手外科専門医が常勤として在籍し、豊富な「手外科治療を必要とする症例がある」ことが求められています。治療を通じて社会に貢献し、手外科専門医の育成にも力を注いでいきたいと考えています。



お願い

今年度は雪が多いようですね。
除雪作業、雪下ろしは安全に行いましょう。



< 除雪関連外傷に関する当院からの論文 >

平成26年度に発生した除雪関連の外傷は**107例**。

そのうち雪下ろし中に受傷する外傷が**49例**。

雪下ろし外傷はその他除雪外傷と比べて**重症が多い**。

医療費は**2,000万円以上**を要する。

奥村ら 県立十日町病院
東日本整形災害外科学会 29(1), 68-72, 2017

不運にも起こってしまった怪我については十日町病院のスタッフは誠意を持って全力で対応させていただきます。
皆様方が怪我をせずに健康に生活できることを心より願っております。



四季の彩 (冬)



診療科一覧表

科別	担当別	月	火	水	木	金																																												
内科	新患 B18	堀 好寿	齋藤 悠	角道祐一	黒川 允	渡邊 誠																																												
	B12	廣田菜穂子	角道祐一	堀 好寿	循環器内科 (完全予約制)	臨時医師 (塚田)																																												
	B11	渡邊 誠	黒川 允	黒川允/ 大学医師 (菖蒲川) (隔週)	齋藤 悠	齋藤 悠																																												
	B14	角道祐一	腎臓内科 (完全予約制)	総合診療科 大岡明樹/吉嶺文俊	第2・4 消化器内科 (完全予約制)	第1・3 内分泌 第4 心臓血管外科 (完全予約制)																																												
	B15				呼吸器内科 大学医師 (隔週) (高田/長谷川) (完全予約制)	臨時医師 (清野)																																												
	B19					小泉 健 (隔週)																																												
	B13				第1 ペースメーカーチェック (完全予約制)																																													
	内視鏡	午前 午後	大学医師 廣田菜穂子	外科	大学医師 廣田菜穂子/齋藤 悠	廣田菜穂子/渡邊誠/外科 大学医師	大学医師																																											
外科	新患 A03	福成博幸	水戸正人	林 哲二	渡邊明美	林 哲二																																												
	再診 A02		福成博幸		福成博幸																																													
整形外科	E 43	第1 魚沼基幹病院医師 (兼引) 村岡 治	福原 宗	村岡 治	9:00~10:00 大学医師 (土方) 10:30~倉石達也 第1・3午後 大学医師 (今井)	福原 宗 第4 臨時医師 (中園)																																												
	E 42	倉石達也	熊崎 礼	倉石達也	村岡 治	熊崎 礼																																												
	新患 E41	第1・3・5 福原 宗 第 2・4 熊崎 礼	9:00~10:00 大学医師 (村山) 10:30~倉石達也	福原 宗	熊崎 礼	村岡 治																																												
産婦人科	婦人科 C24	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人																																												
	産科 C22			大学医師	魚沼基幹病院医師																																													
小児科	D38	金山哲也	谷 知行	金山哲也	谷 知行	金山哲也																																												
脳外科	C29	臨時医師 (河野)	臨時医師 (河野)		魚沼基幹病院医師	大学医師																																												
泌尿器科 (予約制)	D33	大学医師		大学医師		大学医師																																												
耳鼻咽喉科	D31	魚沼基幹病院医師	大学医師	魚沼基幹病院医師	臨時医師 (浅野)	大学医師																																												
脳神経内科	C28		大学医師	第1・2・3・5 臨時医師 (山崎)		大学医師																																												
眼科	D37			臨時医師 (富島) (予約優先)		魚沼基幹病院医師 (完全予約制)																																												
歯科口腔外科		中村貴文	中村貴文	中村貴文	中村貴文	中村貴文																																												
		岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一																																												
<p>【 受付時間 】 午前8時30分~午前11時 (但し下記を除く) 整形外科 予約制 (平日午前9時~午後4時30分 電話受付) 外科 午前8時30分~午前10時 小児科 午前8時30分~午前10時30分 眼科 午前8時30分~午前10時30分 (水曜日)</p> <p>歯科口腔外科 (予約制) 午前8時30分~午前12時/午後1時30分~午後4時 原則紹介状をお持ちの方</p>																																																		
<p>【 特殊外来 】</p> <table border="0"> <tr> <td>小児科</td> <td>——</td> <td>小児慢性疾患(毎日)</td> <td>午後2時30分</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>乳児健診(毎週木曜日)</td> <td>午後2時30分</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>1ヶ月健診(毎週火曜日)</td> <td>午後1時30分</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>予防注射(毎週水曜日)</td> <td>午後2時00分</td> </tr> <tr> <td>内科</td> <td>——</td> <td>ペースメーカー外来(第1木曜日)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>産科</td> <td>——</td> <td>助産外来(毎週木・金曜日)</td> <td>午後1時~4時</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>1ヶ月健診(毎週火曜日)</td> <td>午後2時</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>フォローアップ外来(毎週水曜日)</td> <td>午後1時~3時</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>母乳相談室(要相談)</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>パパママ教室(第2・4金曜日)</td> <td>午後1時30分~4時 (休止中)</td> </tr> <tr> <td>皮膚科</td> <td>——</td> <td>予約制(毎週火曜日)</td> <td>午後2時~</td> </tr> </table>							小児科	——	小児慢性疾患(毎日)	午後2時30分			乳児健診(毎週木曜日)	午後2時30分			1ヶ月健診(毎週火曜日)	午後1時30分			予防注射(毎週水曜日)	午後2時00分	内科	——	ペースメーカー外来(第1木曜日)		産科	——	助産外来(毎週木・金曜日)	午後1時~4時			1ヶ月健診(毎週火曜日)	午後2時			フォローアップ外来(毎週水曜日)	午後1時~3時			母乳相談室(要相談)				パパママ教室(第2・4金曜日)	午後1時30分~4時 (休止中)	皮膚科	——	予約制(毎週火曜日)	午後2時~
小児科	——	小児慢性疾患(毎日)	午後2時30分																																															
		乳児健診(毎週木曜日)	午後2時30分																																															
		1ヶ月健診(毎週火曜日)	午後1時30分																																															
		予防注射(毎週水曜日)	午後2時00分																																															
内科	——	ペースメーカー外来(第1木曜日)																																																
産科	——	助産外来(毎週木・金曜日)	午後1時~4時																																															
		1ヶ月健診(毎週火曜日)	午後2時																																															
		フォローアップ外来(毎週水曜日)	午後1時~3時																																															
		母乳相談室(要相談)																																																
		パパママ教室(第2・4金曜日)	午後1時30分~4時 (休止中)																																															
皮膚科	——	予約制(毎週火曜日)	午後2時~																																															
お問い合わせ先	新潟県立十日町病院 広報委員会 〒948-0065 十日町市高田町3丁目南32番地9 TEL: 025-757-5566 FAX: 025-752-3955			編集後記	寒い日が続きますが、体調は崩してないでしょうか？コロナウイルスの勢いが増えています。うがい・手洗い・マスクの着用を心がけましょう。規則正しい生活を送ることも大切です。院外報に関するご意見・ご感想をお気軽にどうぞください。小林																																													