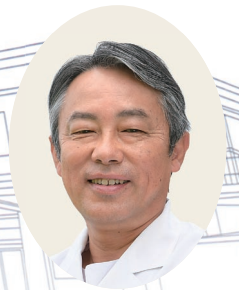




さくらだより

2022夏
第70号

～命をつなぎ つないだ命をつなく～



医師増員のお知らせ

病院長 福田 修

平素より、皆様におかれましては、ご清栄のことと拝察もうしあげます。

新潟県は全国で最も医師偏在指数というものが少ない県で、中でも南魚沼をはじめとした魚沼エリアでは、一部にわずかの増加は見られますが、医師人口密度は何十年たつても低い水準が続いています。

齋藤記念病院では、2022年5月より、循環器内科を専門とされる総合内科医の青木聡先生が常勤医師として赴任されました。外科系の齋藤記念病院にとりましては、待望の内科医師増員であり、今まで以上に多角的に地域医療に貢献したいと考えます。

当院の非常勤医師の情報としましては、甲状腺外科では3名の医師が、神経内科

では土曜日に3名、毎週月曜日に1名の医師が活躍されています。整形外科では月曜日を除く、4名の医師が診療されていますが、さらに増員すべく採用活動を続けております。引き続き地域の皆様ニーズに因應べく整備してまいりますので、ご相談のほどお願い申し上げます。

2024年より義務化されます「医師の働き方改革」に関しましては、齋藤記念病院では先の医師増員や新潟大学、富山大学などの応援や近年の医師の増員もあり、その改革対応を順調に進めております。今後も、地域に寄り添った、地域に必要とされる医療を展開してまいりますので、よろしくようお願い申し上げます。

[ドクターインタビュー] Vol. 6

内科【医師紹介】

5月より着任されました!!

青木 先生に
聞いてみました



あおき さとし
青木 聡 先生

Q 出身地はどちらですか?

A 新潟県上越市（旧直江津市）です。
（父親の出身地は新潟市、母親の出身地は三条市です。）

Q

齋藤記念病院への赴任時期は?

大学病院で研修後、循環器内科を専攻。狭心症や心筋梗塞など虚血性心疾患のカテーテル治療などを専門に行っていました。その後大学の先輩の病院立ち上げに参加、循環器内科部長として約4年間勤務していましたが、もっと患者さんとの距離が近い医療を行いたいと思い、最近2年間は訪問診療専門のクリニックに勤務していました。

この度ご縁があり、令和4年5月1日より齋藤記念病院に赴任いたしました。

西洋医療だけではなく、患者さんにとって有益であれば東洋医療や代替医療も積極的に取り入れ、地域の皆様に貢献できればと思います。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

Q

休日の過ごし方は?

夏はキャンプ、冬はスキーなどアウトドアで過ごすことが多いです。他に茶道、古武道、家庭菜園など。

Q

座右の銘は?

「中今に生きる」
過去ばかりに目を向けると後悔が、未来ばかりに目を向けると不安な気持ちが出てきます。今この瞬間に感謝しながら生きることが大切だと思います。

Q

内科ではどんな検査や診断を行いますか?

十分な問診、理学所見の上、血液検査、レントゲン、CT、MRI、心電図、超音波検査、肺機能検査等を行い診断していきます。

Q

内科外来ではどんな治療ができますか?

一般的な内服薬による治療に加え、東洋医学に基づく漢方薬による治療も行います。循環器分野では特にリハビリによる治療が重要です。

Q

内科では入院による治療はどんなことができますか?

内服治療に加え、注射による治療もあります。積極的な治療ができない場合には、痛み、苦しみを取り除く治療（緩和治療）もあります。

Q

先生が患者さんの治療で大事にしていることはなんですか?

患者さんやご家族の気持ちに寄り添った治療を行いたいと思っています。



青木医師
紹介ページ

専門医が教えてくれる

脳卒中予防十カ条

第2弾

糖尿病（2型糖尿病）について

糖尿病は、血液中のブドウ糖の濃度（血糖値）が高くなりすぎる病気です。初期には症状がほとんどありませんが、進行すると動脈硬化が進み、脳卒中や虚血性心疾患になりやすくなります。また、3大合併症として、網膜症、腎症、神経障害があり、失明や透析につながる病気でもあります。日本ではその疑いがある人は成人の6人に1人、約1870万人と言われています。では、なぜ血糖が上がるのでしょうか？それは、インスリンという血液中のブドウ糖を細胞の中に入れるホルモンがうまく働かなくなるからです。砂糖や炭水化物を摂りすぎると高血糖が続いて、その結果インスリンが出続けます。インスリンが出続けるとインスリンの効きが徐々に悪くなってきます（インスリン抵抗性といえます）。時々叱ると効果がありますが、毎日叱っても効果がなくなるのと似ています。インスリンの効果が弱くなると更に多くのインスリンを出そうと膵臓が頑張ります。挙句の果てにインスリンが枯渇してしまうと、インスリンの注射が必要になります。

もともとブドウ糖は細胞のエネルギー源

ですので、インスリンの効果が低下あるいはインスリン量が低下すると、細胞の中にはブドウ糖を入れられなくなり、細胞はエネルギー不足になってしまいます。そうすると疲労感などがでてきます。また、血液中に溜まったブドウ糖はエネルギー源に使われないばかりか、血管内皮などを糖化して動脈硬化をきたします。酸素を運ぶヘモグロビンの糖化具合を測っているのがHbA1cです。

糖尿病の診断は、空腹時血糖が126mg/dl以上、食後の血糖（随時血糖）が200mg/dl以上あるいはHbA1cが6.5%以上です。特定健診では空腹時血糖100mg/dl以上またはHbA1c5.6%を高血糖の基準としています。

糖尿病の予防のためには、摂取エネルギー量（特にブドウ糖、果糖ブドウ糖液糖、白い炭水化物など）を摂りすぎないこと、運動をすること（運動はインスリンを介さないで血糖を下げます）が大事です。脳卒中予防十カ条に沿った生活習慣を心がけましょう。

脳卒中予防十カ条

- ① 手始めに 高血圧から 治しましょう
- ② 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
- ③ 不整脈 見つけ次第 すぐ受診
- ④ 予防には たばこを止める 意志を持って
- ⑤ アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
- ⑥ 高すぎる コレストロールも 見逃すな
- ⑦ お食事の 塩分・脂肪 控えめに
- ⑧ 体力に 合った運動 続けよう
- ⑨ 万病の 引き金になる 太りすぎ
- ⑩ 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ



小山新弥

・オーソモレキュラー・ニュートリション・プロフェSSIONAL認定医
・臨床分子栄養医学研究会 認定医

[齋藤記念病院 外来医師診察予定]

診療科	医師名	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	福田 修	午前8:30~11:30	○	○	○		○	○
	小山新弥					○		
乳腺・胸部外科 【予約制】	鬼頭隆尚	午前8:30~11:30	★	★	★	★	★	★
肛門・乳腺・消化器外科	廣田正樹	午前8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
整形外科・リウマチ科 【予約制】	池田三香	午前9:30~12:00		★	★			
		午後1:30~3:30		★				
	巻島由紀子	午前10:00~11:30 ※第2・4土曜日のみ						★
		山中力仁	午前9:00~11:30				★	★
	午後1:30~4:30					★	★	
	松山賢哉	午前9:00~11:30					★	
午後1:30~4:30						★		
内科	青木 聡	午前8:30~11:30	○	○	○	○		
		午後2:00~4:30	○	○	○	○		
神経内科 【予約制】	石原智彦	午前9:00~11:30 ※第1土曜日のみ						★
	石黒敬信	午前9:00~11:30 ※第2土曜日のみ						★
	三木健司	午前9:00~11:30 ※第4土曜日のみ						★
	勇 亜衣子	午前9:00~12:00	★					
甲状腺外科 【予約制】	筒井英光	午前9:00~11:30 午後2:00~4:00 ※第1月曜日のみ	★					
		田村温美	午前9:00~11:30 午後2:00~4:00 診察日:7/13・8/17・9/14			★		
	小原亮爾	午前9:00~11:30 午後2:00~4:00 ※第4金曜日のみ					★	
オーソモレキュラー外来 【予約制】	小山新弥	午後2:00~4:00 ※詳細はお問い合わせ下さい。	★					

○印は予約不要です。★印の診療科は予約制となっております。
お電話での予約又は変更等のお問い合わせは、月・火・木・金の
午後2:00~5:00の間にお願いたします。(☎025-773-5111)



医療法人 俊栄会

齋藤記念病院

病床数：98床/一般病棟42床、療養病棟56床

〒949-6602 新潟県南魚沼市欠之上478番地2 URL <https://www.saito-memorial.com/>
TEL 025-773-5111 FAX 025-773-3024 E-mail soumuka@saito-memorial.com

