

2024
VOL.110
May

5

Cheers!

なでしこチアーズ

繊細で高度な技術を要する
手外科専門医とは



Cover&Interview — 整形外科 部長 渡邊 牧人

Contents

新任医師のご紹介

救急拠点構築の進捗状況

FM新潟出演最終回

医療の広場 R A D I O (病院スペシャル)

入院患者さん 病院食の嗜好調査結果

今月のレシピ 洋風茶碗蒸し

登録医訪問 こばり坂クリニック(西区)

職場訪問 A6病棟

しびれ、痛みを取り除く

手外科^{てげか}専門医の技術

私たちが毎日必ず使う「手」。

物を持つ、つまむ、握るなど、

繊細な動きができる手の構造はとても複雑です。

お会いした渡邊牧人医師は、

手足や体幹部の骨・関節・軟部組織の治療を行う

整形外科の中でも手に特化した

治療、手術を行う手外科専門医。

暮らしを支える手外科についてお話を伺いました。



手外科とは？

手のケガや病気を専門に治療する診療科。整形外科あるいは形成外科の専門医資格を取得し、さらに手外科の専門研修を終え、専門医試験に合格した医師が手外科専門医です。

代表的な手外科疾患

- 肘から手指までの骨折、脱臼

- 切創、挫滅創などの外傷

- 腱鞘炎

- テニス肘などの腱の障害

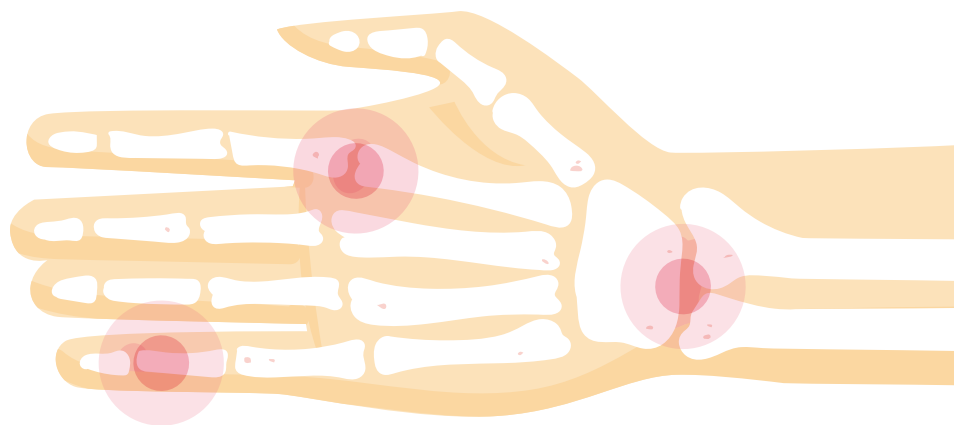
- ヘバーデン結節（指の第1関節が変形し曲がる疾患）

- 母指CM関節症などの変形性関節症

- 手根管症候群などの末梢神経障害

- 先天性の障害

- 関節リウマチによる手指変形 など



Profile

2003年 新潟大学医学部卒業、医師免許取得
以降、新潟大学医歯学総合病院、長岡中央総合病院、新潟労災病院、
新潟中央病院、魚沼市立小出病院、新潟県立十日町病院 勤務
2013年 立川総合病院 勤務
2020年 新潟臨港病院 勤務
2023年10月 済生会新潟病院 赴任

認定資格

日本整形外科学会／専門医、日本手外科学会／専門医・指導医

所属学会

日本整形外科学会、日本手外科学会、日本骨折治療学会、日本マイクロサージャリー学会



指や手を治療する
難易度の高い微細な手術

昨年10月、当院に赴任したばかりの渡邊牧人医師。20年間で地域医療を担う病院を多数経験し、難易度の高い手術にも対応されてきました。整形外科のなかでも手術用ルーペや顕微鏡を用い、微細な治療を行う「手外科」を専門にしたきっかけは、現場で活躍する先輩医師たちの背中にあったと言います。

「高校生の時に見た『イニアルER緊急救命室』という海外ドラマの影響で医師になりたいと思うようになりました。実は他県と比べ、新潟県は手外科専門医数の多い地域なのです。細かな腱や神経の手術を行う先生方の姿を見て、何てすごい人たちだろうと感銘を受けたことからこの道を選びました」

整形外科の医師6名のなかで手外科専門医は渡邊医師のみ。新潟市の救急医療拠点病院に選定された当院で働き始めたことを機に、全身麻酔が必要な小児外傷、骨

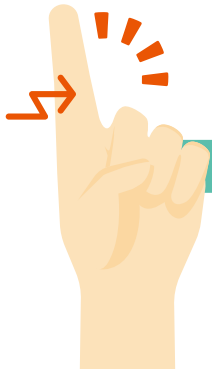
折などの救急患者さんを担当する機会が増加。幅広い手のケガや病気を治すため、日常生活に欠かせない手を守るべく技術をアップデートし続けています。

女性ホルモンと関連!?
手根管症候群とばね指

手の外傷でイメージしやすい切り傷や骨折をはじめ、さまざまな手の治療に対応している渡邊医師。数ある手の疾患や症状のなかでも特に患者数が多いのは、指のひっかかり感や痛みが生じる「ばね指」と、指のしびれや、時に我慢できない痛みを感じる「手根管症候群」。そして転倒による手首の骨折「橈骨遠位端骨折」です。この3つに共通しているのは「女性に多い」ということ。



整形外科部長 渡邊牧人



ばね指(弾発指)

指の腱鞘炎。腱が通るトンネル部分腱鞘で炎症が起き、手のひら側の指の付け根が痛む症状。放置すると腱や腱鞘が腫れ、ばねのようにかくかくとした動きになる。

手根管症候群

手首にある腕や指の動きに関わる正中神経が圧迫されることにより、親指から薬指がしびれたり痛んだりする疾患。



橈骨遠位端骨折

「橈骨」は折れている骨の名前で、「遠位端」は折れている部位を示しており、70～80代の高齢女性が転倒により手を突いて受傷することが多い。年齢に関わらず、衝撃による強いエネルギーが加われば骨折しやすい。ギプスや手術による治療となる。



「手術件数が多いのもこの手根管症候群とばね指です。意外にも手の疾患には女性ホルモンが密接に関係しており、妊娠・出産期や更年期にホルモンバランスが崩れると手の関節周辺で炎症が起きやすくなるのです。他の神経に原因がある場合も電気診断による検査などで確認できるので、ためらわずに受診しましょう」。手根管症候群と似たような症状が、首からくる場合もあるため、自己判断せず、どの神経が圧迫されているのかをしっかりと診てもらったことが大切です。

「大工さんが釘で指を刺してしまった、飲食店で調理人の方が魚をしびれ、痛みを感じたら早めの受診で悪化を防げる」
 手外科の対応する疾患は通年を通して幅広くあります。新湯では雪の降る冬に、骨折が特に多くなります。そのほとんどが転倒による手首の骨折、スキー・スノーボード外傷による骨折の手術が増加します。その他にも、「指を酷使する仕事をされている場合は、手のケガをしやすい」と渡邊医師は言います。

をさばいていたら骨が指に刺さってしまったという事例はたくさんあります。手のケガは年齢を問わず、身近な場所に潜んでいるため、大丈夫だろうと過信してはいけません。患部をこじらせると大変なことになってしまいます」
 手の疾患は日常生活にあまり支障をきたさない場合もあり、応急処置のみで完結して重症化する方が多いという課題もあります。少しでも異常を感じたら「早めの受診」が合言葉です。



「ばね指や手根管症候群などの手の疾患は、若い世代でも発症します。違和感や長引くしびれを感じたら、かかりつけ医を早めに受診してください。放置して悪化させてしまうと、治療も長引くことになってしまいますので注意が必要です。皆さんの暮らしを快適なものにできるように、これからも手の診療を続けていきます」

(聞き手 松永春香)

Seeking the real portrait

渡邊 牧人医師の 素顔拝見

プライベートでは音楽プレイヤー、アスリートな一面を持つ渡邊医師。休日の過ごし方や今後の目標について伺いました。

Q 学生時代の思い出は？

福島市の出身です。大学進学を機に新潟県民になりました。大学生の頃は合唱部に所属しつつ、社会勉強に積極的に取り組んだ6年間でした。

Q 休日の過ごし方は？

以前はたくさん走ってレースにも積極的に参加していましたが、コロナ禍で走る機会を失いモチベーションがダウン。とはいえ、今年9月に開催される「村上・笹川流れ国際トライアスロン大会」に申し込んだので、今でも動けることを証明したいです！



Q 毎日欠かさず行っていることは？



小さい頃から楽器が好きで、今でもギター、ベース、ウクレレなど、何かしら演奏をしています。ビッグバンドを結成した田舎の女子高生たちの奮闘と成長を描いた青春群像コメディ映画「スウィングガールズ」に触発されて、トランペットを20年ほど前に購入しました。しかし、練習する場所の確保が難しいのもあって車の中でのマウスピースだけの練習が関の山で、残念ながら未だにちゃんと吹けていません(笑)。そのうち、「天空の城ラピュタ」のパズーのラッパを吹けるようになりたいです。

Q いつかチャレンジしてみたいことを教えてください

トライアスロンではスタンダードディスタンス(51.5km:スイム1.5km・バイク40km・ラン5km)に挑戦することが多いので、より長い距離、時間のミドルやロングを完走してみたいです！

Q 最近気になっていることは？



一緒に働いていても、マスクで顔が分からないのは寂しいので、いつかマスクをしない環境で仕事ができる日が来るといいなと思っています。

CARING*RECIPE

サルコペニア予防におすすめ

洋風茶碗蒸し

管理栄養士のいたわりレシピ

お出汁の代わりに
たんぱく質の多い牛乳と
粉チーズをたっぷりと使用した
ふんわり洋風茶碗蒸し



サルコペニアとは、加齢と共に筋力や筋肉量が低下した状態のこと。骨格筋は25～30歳頃から低下し始めると言われているため、高齢者だけの問題ではありません。予防にはたんぱく質を摂ることが大切になり、主におかずになるような肉類、魚介類、卵類、大豆製品、あるいは乳製品などに多く含まれます。

栄養科監修/石川 侑依(管理栄養士)・滝澤 妙子(調理師)
撮影/桑原 隆行(creaBOX)

材料(2人分)

- 卵…………… 1個
- ★コンソメ顆粒 …… 小さじ1/2
- ★牛乳…………… 150ml
- ★粉チーズ …… 小さじ1
- しめじ …… 1/8房
- 鶏もも肉 …… 20g
- アスパラ …… 1本
- ミニトマト …… 2個

作り方

- 1 ボウルに卵を割り入れてよくときほぐし、★を加えて混ぜ合わせる
- 2 鶏肉はひと口大に、アスパラは3cm程度、ミニトマトは半分に切り、鶏肉は電子レンジで1分半程度加熱する。しめじはいしづきを取り、房をわける
- 3 ①の卵液と②の具材を耐熱容器に均等に入れる
- 4 ふんわりとラップで蓋をして、電子レンジ(600w)で1分半加熱し、トマトを加え、さらに1分半加熱する。様子を見ながら加熱して火が通ったら出来上がり♪

● 1人分の栄養価

エネルギー	126kcal
たんぱく質	9.6g
脂質	6.7g
食塩	0.9g
炭水化物	6g

FINISH MEMO

■ たんぱく質の量

サルコペニア予防に理想的なたんぱく質量は、明確には定められていませんが、お出汁を使用した場合のたんぱく質量は6.4gであるのに対して、牛乳と粉チーズを使用した場合9.6gとたんぱく質UPにつながります。



クックパッドに公開しているレシピを台所でどうぞ



整形外科へのお礼の言葉

手術に関する説明を、詳しく丁寧にしてくださった塩崎先生を始め、看護師・看護助手の方々からも親切にいただき感謝しております。術後のリハビリに悩み、思い切っ
て看護助手の方に思いを打ち明けたところ、すぐに看護師の方に話しをつないでくださいました。その後、悩みが解消されるまでがとても短時間で、もっと早くに相談すれば良かったと後悔する程でした。痛みがなかなか引かず、不安な気持ちになった私に寄り添っていただき、とてもありがたかったです。リハビリの先生にも、いつも丁寧な対応で施術していただいています。疑問点や、自分の特性に対しての適切なアドバイスなど配慮いただき、色々とお手数をおかけしましたが、本当にありがとうございました。



この度は北原先生に大変お世話になり、術後も毎日お忙しいのにもかかわらず病室まで来ていただき、ただただ感謝の気持ちでいっぱいです。リハビリの先生方にもお世話になり、退院するにあたり自分が納得出来る歩きとなり感謝しています。看護師・看護助手・看護学生さんからも、親切に、優しく声をかけていただき、ありがとうございました。



開業医の先生ではなかなか聞いてもらえないような話をゆっくり聞いていただき、すっきりしました。初めての受診でしたが、スタッフの方が皆さん親切で嬉しくなりました。ありがとうございました。

入院患者さん向け 無料 Wi-Fi サービスのご案内

当院では、入院患者さんが無料で利用できる院内 Wi-Fi サービスを提供しています。お手持ちの無線 LAN 機能を持つパソコン・スマートフォン・携帯電話・タブレット等で簡単にインターネットをご利用いただけます。接続するための SSID・パスワードは、デイルーム等に掲示していますので、そちらをご確認ください。



- ・各入院病棟
- ・人工腎臓透析室(2階)
- ・休憩室オアシス(B棟2階)
- ・A棟7階

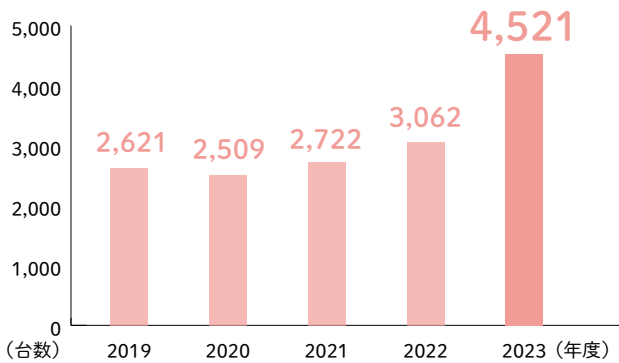
※場所によっては繋がりにくい場合があります。あらかじめご了承ください。※接続方法に関する個別の相談はお受けできかねますのでご了承ください。※ご利用に際し、自己の責任において、他の方の迷惑にならないようにご利用ください。

救急拠点推進室より 救急拠点構築の進捗状況

3月28日に開催された新潟市救急医療拠点病院に関する運営主体選定委員会において、救急拠点選定後の進捗状況を報告しました。

2023年度の救急車受入台数は4,521台で、前年度の1.5倍となり、委員から高い評価を受けました。今年度も着実に歩みを進め、医師確保、受入体制強化、地域連携強化、働き方の見直しなどに積極的に取り組むこととしています。

● 直近5年間の救急車受入台数



また、救急車の受入台数が増加していることから、救急外来の入口付近に救急車専用の駐車場所を整備しました。最大3台駐車可能です。これにより、救急搬送後の救急車が救急入口から速やかに移動し、安全に退避することができるようになりました。



ON AIR FM新潟 特別番組(全3回)

「医療の広場 RADIO ～病院スペシャル～」が放送されます!!

病院のスタッフと患者さんをつなぎ
ラジオリスナーの皆さんに
「病院のいま」を伝える番組です。
是非お聴きください。

第1回目放送終了 1月21日 19:00～19:55

第2回目放送終了 3月17日 19:00～19:55

第3回目放送日

5月19日
19:00～19:55



2024年度(4月入職) 新任医師のご紹介

総合診療内科



かねこ よしつぐ
金子 義嗣

㊦ 老年病、認知症

知識や技術だけでなく、真心を込めて診療にあたらせていただきます。

外科



さとう こうへい
佐藤 幸平

㊦ 消化器外科、一般外科

安全で適切な医療を提供できるよう、努力していきます。

耳鼻咽喉科



しらかき ゆうや
白木 佑弥

㊦ 耳鼻咽喉科一般

一人ひとりの患者さんそれぞれの状況に寄り添い、丁寧かつご納得のいただける診療を目指していきます。

眼科



さくらざわ けい
櫻澤 慧

㊦ 眼科一般

丁寧な診療を心がけます。



はやかわ ようた
早川 陽太

㊦ 眼科一般

丁寧に安全な医療を心がけます。

皮膚科



しまだ かなで
島田 奏

㊦ 皮膚科

地域の医療に貢献できるように一人ひとりの患者さんに丁寧な診療を心がけたいです。

小児科



かわさき ゆうすけ
川崎 裕介

㊦ 小児一般、アレルギー

地域の子も達に、より良い医療が提供できるように精進して参ります。

麻酔科



ささがわ かおり
笹川 香織

㊦ 麻酔科

患者さんから「思ったよりも痛くなかった。怖くなかった」と言ってもらえるよう努めます。



なかむら まさき
中村 仁紀

㊦ 麻酔科

よろしくお願いします。

代謝・内分泌内科



はしもと こうへい
橋本 浩平

㊦ 糖尿病、内分泌一般

患者さんに寄り添った医療をご提供できるよう、努めてまいります。

泌尿器科



いしかわ しょうこ
石川 晶子

㊦ 泌尿器科一般

患者さんごとに適した治療をご提案できるよう心がけています。

産婦人科



ひろかわ まゆこ
廣川 真由子

㊦ 産婦人科一般

患者さん一人ひとりに寄り添った診療を心掛けます。

消化器内科



おがわ まさひろ
小川 雅裕

㊦ 消化器一般

日々の診療に誠心誠意努めてまいります。



いwasawa たかひろ
岩澤 貴宏

㊦ 消化器一般

快適で安心して治療を受けていただけるよう努めたいと思います。



なつい ひろき
夏井 大輝

㊦ 消化器一般

誠実な態度で丁寧な診療を提供します。

呼吸器内科



ふじと のぶひろ
藤戸 信宏

㊦ 呼吸器



ならもと しゅん
奈良本 駿

㊦ 呼吸器内科一般、喘息・アレルギー疾患

画一的ではなく、患者さん一人ひとりに寄り添った医療を心がけています。



かざま
風間 はづき

㊦ 呼吸器内科一般

丁寧に患者さんの気持ちに寄り添った診療を心がけます。



ももせ えり
百瀬 恵理

㊦ 産婦人科一般

患者さんに安心していただけるように、丁寧な診療と説明をするよう心掛けます。

次号は

B4 病棟 看護師
番場 初佳さんにバトンタッチ

中学・高校の同級生です。初めての社会人で不安もありましたが、入職日当日に偶然会い、知り合いがいたことにとっても安心したのを覚えています。学生の頃から周りからの信頼が厚く、とても頼りになる存在です。これからもよろしく願います。

進んでいきたいと思えます。
の向上に努め、患者さんに寄り添った対応ができるよう精進していききたいと思えます。
の面でも、今後より一層さまざまなことに挑戦し、知識の向上に努め、患者さんに寄り添った対応ができるよう精進していききたいと思えます。
そして栄養士としての仕事の面でも、今後より一層さまざまなことに挑戦し、知識の向上に努め、患者さんに寄り添った対応ができるよう精進していききたいと思えます。

スタッフリレーコラム 医芳人

最近の楽しみ

栄養科管理栄養士

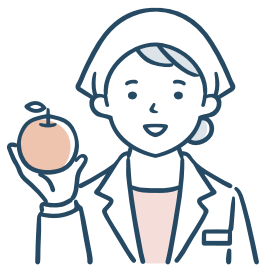
石川 侑依さん



私の最近の楽しみは、お花屋さん巡りをする事です。もともと花が好きで、大学を卒業後、新潟に戻って来てからは、県内にあるさまざまなお花屋さんを巡っています。気になるお店を見つけては実際に行き、好きな花を選ぶという時間が、とても幸せで休日の楽しみのひとつです。

最近、緑のバラに初めて出会い、こんな色もあるのかと驚きました。お花屋さんを巡っていると、その季節にしか出会えない今まで知らなかった花を知ることができ、とてもワクワクします。また昨年はケイトウやコキアなどの栽培にも挑戦しました。これから暖かい季節となってくるので、今年も何か新しい花の栽培に挑戦してみようと思っています。

Report



栄養科より 入院患者さん病院食の嗜好調査結果

入院患者の皆さんに喜ばれるおいしい給食を作るために、栄養科では嗜好調査を行っています。今回は2月6日に入院の患者さんで、常食・全粥食・産前食・動脈硬化食・糖尿病食を食べた127人(うち男性48人、女性79人)の方にご協力をいただきました。その結果がまとまりましたのでご報告いたします。また美味しかった病院食メニューの第1位に「減塩カレー」が選ばれました。減塩でも美味しい給食づくりに今後も努めていきたいと思えます。

美味しかった料理

- 1位 減塩カレー
- 2位 ぜんまい煮
- 3位 肉団子

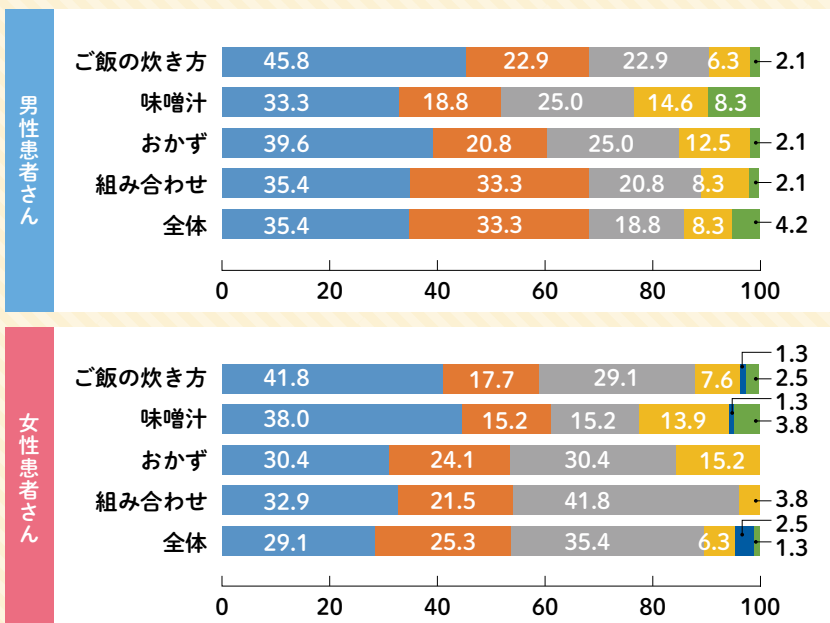
給食で食べたい料理

- 1位 麺類(うどん、ラーメン等)
- 2位 カレー
- 3位 中華料理

お褒めの言葉のご紹介

- 最初は薄味で物足りなく思ったのですが、日々食べているとだんだん慣れ、自宅に帰ってから減塩に気をつけようと思いました。
- 塩分が少ないのに旨味が強いので毎日食べても飽きないです。
- バランスが良くて、しかもおいしいです。
- いつもおいしい料理に感謝です。

■ 満足 ■ やや満足 ■ 普通 ■ やや不満 ■ 不満 ■ 未記入





Medical Partners

医療連携の頼れるパートナー

登録医訪問

整形外科・リハビリテーション科・内科

こばり坂クリニック

西区

2023年11月に開院しました「こばり坂クリニック」です。専門は膝関節外科とスポーツ医学で、前職新潟医療センターでは多くの関節鏡手術症例を経験させていただきました。またアルビレックス新潟のチームドクターを担当させて頂いており、若い学生アスリートからトップアスリートまで接する機会に恵まれております。

こうした経験から傷害予防と初期治療の重要性を強く感じており、途切れないサポートを実践したいとの思いから開院に至りました。また病診連携を生かした地域医療が求められる今、病院勤務中に感じていた開業医の役割を実践するとともに、スポーツ選手との関わりから得られた知見を高齢者に対する運動器の機能維持改善にも役立たせたいとの思いから、ニーズに合わせた医療を提供したいと考えています。そのため、主に午前中は一般整形外科を、午後はスポーツ外傷を中心とし、学生や社会人がアクセスしやすいようにPM8時まで診療しております。よろしく願います。



医師名	渡邊 聡 (わたなべ さとし) 先生						
住所	〒950-2011 新潟市西区小針上山10-34						
電話	025-378-2311						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	—
16:30~19:30	●	●	—	●	●	—	—

※受付時間 / 8:45~11:30、16:15~19:00



連携医療機関(登録医・病院)からのご紹介・ご予約について
 本院の地域医療連携室までご連絡ください。

TEL.025-233-6182 (直通) FAX.025-231-5763
 ※平日8:30~17:00 (土・日・祝日を除きます)
 ※患者さんからの予約はお取りしておりませんのでご了承ください。

当病棟は、整形外科、内科、脳血管疾患等で手術や検査等の治療が終わり、機能訓練や日常生活支援といったリハビリを集中的に受ける病棟です。入院中はリハビリ時間の他にアクティビティとして風船バレーや玉入れ、脳トレゲームで体を動かしています。また、患者さんとスタッフで季節に合わせた飾りを作成し、春夏秋冬を感じながら穏やかな時間を過ごしてもらっています。

Workplace visit
 院内で頑張るスタッフがざらり
 職場訪問

A6病棟



(A6病棟師長 福嶋美沙子)
 これからも多職種で協力し合い、患者さんとそのご家族の希望に沿った生活ができるよう支援していきます。

地域の高齢化率が上がる中、入院早期から退院後の生活を見据えサービ調整を行っています。病棟担当の薬剤師、ソーシャルワーカー、医事課スタッフと情報共有しています。また、日々患者さんに心配事はないかを確認し、丁寧に説明することを心がけています。これからの多職種で協力し合い、患者さんとそのご家族の希望に沿った生活ができるよう支援していきます。





こころ 躍る 毎日を。

ただ今「新型コロナウイルス感染拡大防止」のため、チラシ・イベント等の予定を変更させていただくがございます。詳しくは店内ポスター・ホームページ等でご確認ください。

毎週火曜日は火曜特売!!

UCSカード・majica会員さま



毎月 9日 19日 29日

5%OFF

UCSカード・majicaで全額お支払いください

※一部商品を除きます。※専門店は各店にてご確認ください。
※一部店舗では実施しておりません。

毎月 15日・16日 60歳以上の方限定!!

レジにて / ハッピーパスポートのご提示で

10%OFF



衣料品 (インナー・靴・服飾雑貨含む)	キッチン・リビング用品 (日用消耗品は除外)	寝具 インテリア用品
医薬品 (調剤は除外)	介護用品 (介護オムツは除外)	文具・玩具・ファンシー (TVゲーム関連は除外)

●60歳以上で、パスポートにご署名されたご本人のみご利用いただけます。
●1枚で毎月ハッピーデー当日のみ、アピタでご利用いただけます。
●対象商品の取り扱いのあるアピタ店舗にてご利用いただけます。一部除外商品がございます。
●修理・加工代・送料は対象外です。
●他の割引、円引き企画をご利用いただく場合、割引率の高い方での割引となります。

発行手数料 無料

年齢確認できるもの(免許証等)をご提示ください。

アピタ新潟西店 新潟市西区小新5丁目7番21号 **お客様専用ナビダイヤル** ☎0570-009608

予防医療センターのご案内

「治療」から「予防」へ 予防医療の実現を目指します

健診内容

- 人間ドック
- 脳ドック
- 肺ドック
- 生活習慣病予防健診
- 特定健康診査
- 新潟市がん検診
- 個人健診
- 各種単独検査 等



B棟2階 予防医療センター

詳しい内容についてはこちらのQRコードからホームページでご確認ください



☎ **025-233-6669** (直通)
予防医療センター受付時間 平日9:30 ~ 11:00
お電話でのお問い合わせ時間 平日9:00 ~ 16:30

地域医療支援病院 臨床研修病院 災害拠点病院 赤ちゃんにやさしい病院

社会福祉法人 恩賜財団 済生会 済生会新潟病院

〒950-1104 新潟県新潟市西区寺地 280-7
TEL.025-233-6161(代) FAX.025-233-8880



当院 HP よりバックナンバーもご覧いただけます。

医療連携機関マップ
<http://saiseikaidaini-renkei.jp>



病院ホームページ
<http://www.ngt.saiseikai.or.jp>



こちらも注目



済生会新潟病院の Facebook 好評稼働中!



Dr. さいせい