

すま^ひる長中



守門山の樹氷 撮影者：総務課 土田 奏



新年のご挨拶

病院長 矢尻 洋一

新年あけましておめでとうございます。

皆様とともに新しい年を迎えることができました。ご支援に感謝申し上げます。

昨年は、女性初の高市早苗首相就任、大阪・関西万博の開催、米価の高騰、クマによる深刻な被害など、色々なことがありました。その中でも、ドジャースの大谷選手、山本選手の活躍は私たちを勇気づけ、楽しませてくれました。本当に漫画のような出来事でした。今年の大活躍を期待します。

さて、昨年12月から医療機関・薬局での医療保険の資格確認の受付は原則、マイナ保険証を使用することとなりました。これにより、患者さんの同意のもと、他院で処方された薬などの情報もお互いの医療機関で共有し、重複処方や飲み合わせの悪い薬の処方を防ぐことができます。公的医療保険が適用される診療に対しては、手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除されます。また、救急搬送時など、意識不明の状況でも医療関係者が迅速に、患者さんの医療情報を確認することで、適切な救急処置が可能となります。皆様にはマイナンバーカードの取得、健康保険証利用登録をお願いいたします。

一昨年来より、県立病院と当厚生連病院の経営危機の報道で、皆様にご心配をおかけしております。このような時こそ、患者さんへの親切な温かい対応をこそが、当院の理念である「良質で心温まる医療を提供する」を実直に実践することが大事であると思います。またロボット支援手術、無痛分娩、AIによる業務改善など、新しい取り組みを、安心・安全に進めてまいります。今年が干支の午年にちなんで、軽やかに走り続け、世の中のすべての人にとって豊かな幸せな年になることを切に願います。

新潟県厚生連、長岡中央綜合病院は今後とも長岡・中越の地域医療に貢献し、地域の重要な一員として、地域と共に発展していきたいと考えております。

皆様、今年も長岡中央綜合病院をよろしくお願い申し上げます。

頭痛専門外来開設

—最新の片頭痛治療—

この度、当院では患者様のニーズにお応えするため、「頭痛専門外来」を新設する運びとなりました。

【開設の趣旨】

日本人の片頭痛の年間有病率は8.4%とされており、30代女性で約20%、40代女性でも約18%に片頭痛を認めるとされています(頭痛の診療ガイドライン2021より)。頭痛は日常生活に大きな支障をきたす症状でありながら、適切な診断と治療を受けていない方が多くいらっしゃいます。頭痛診療を専門とする頭痛専門医の数は全国的に不足しており、新潟県には現在15人の頭痛専門医が在籍していますが、長岡市において頭痛専門医による診療を提供するのは、当院が初めてとなります。

当院では、専門的な診療体制を整え、片頭痛、緊張型頭痛、群発頭痛など、様々なタイプの慢性頭痛に対して、最新の医学的知見に基づいた診断と治療を提供してまいります。

【対象となる主な症状】

繰り返す頭痛でお困りの方
市販薬が効かない、効きにくくなった方
頭痛の頻度が増えてきた方
日常生活や仕事に支障が出ている方

【診療内容】

詳細な問診と神経学的診察
必要に応じた画像検査(CT・MRI等)
頭痛の種類に応じた適切な薬物療法
予防的治療の提案
生活習慣の指導とアドバイス
慢性頭痛の管理とフォローアップ

【最新の片頭痛治療】

片頭痛治療の最大のブレイクスルーは、CGRP(カルシトニン遺伝子関連ペプチド)を標的とした治療薬の登場です。CGRPは片頭痛発作に深く関与する神経ペプチドで、これをブロックすることで予防・治療効果を発揮します。

2024年の米国頭痛学会は、CGRP標的治療薬を片頭痛予防の第一選択薬として位置づけることを発表しました。これは片頭痛治療のパラダイムシフトを示しています。

● CGRP抗体注射薬(予防薬)

主な製剤:

エムガルティ® (ガルカネズマブ)

アジョビ® (フレマネズマブ)

アイモビーグ® (エレマズマブ)

特徴: 月1回の皮下注射で片頭痛発作を予防します。

月に平均4回以上(または3ヶ月以上前から)頭痛があり、これまでの予防薬で効果不十分・副作用などで続けれない方が適応になります。

● 注目の新薬: ナルティーク® (リメゲパント)

2025年9月承認、12月16日発売の新薬です(当院での採用は現時点では未定です)。

日本初の経口CGRP受容体拮抗薬であり、急性期治療と予防の両方に使うことができます。

使用方法:

発作時(急性期): 頭痛発作時に1錠服用

予防: 1日おき(隔日)に1錠服用

当外来では、CGRP標的治療薬をはじめとする最新の頭痛治療薬による治療を受けていただくことが可能です。

従来の治療では効果が不十分だった方にも、新たな治療選択肢をご提案いたします。また薬物治療に加えて、生活習慣の改善などの非薬物療法にも重点を置いています。

頭痛外来 を開設します

2025年10月より、頭痛外来を開設いたします。

日常生活で頭痛外来にお悩みの方、お気軽にご相談ください

※新患で受診の際は紹介状をご持参ください

※発熱・咳等、急性期症状の方は一般外来へお願いします

【外来時間】

毎月隔週第1・第3水曜日 9:30~11:30

※完全予約制

【予約方法】

◆電話で予約する場合、予約センターへご連絡ください

0258-35-3316 (直通)

14:00~16:30 (休診日を除く月曜日~金曜日)

◆直接来院する場合、受付窓口(正面・書類受付)へお越しください

【担当医師】

神経内科 酒井 直子 医師 (頭痛専門医)

長岡中央総合病院
神経内科

【皆様へのメッセージ】

頭痛は決して「我慢するもの」ではありません。適切な診断と治療により、より良い日常生活を送ることができます。頭痛でお悩みの皆様、ぜひお気軽にご相談ください。

地域の皆様の健康で快適な生活をサポートできるよう、スタッフ一同、心を込めて診療にあたらせていただきます。



院長 三上 理

三上医院院長の三上理と申します。父が当地で昭和41年に開業し、平成20年より代替わりしました。平成元年に大学を卒業しそのまま大学で内科研修。最初に回った呼吸器内科に入局し大学院、病院出張を経て平成11年に長岡赤十字病院に戻ってきました。呼吸器内科専門医で、長岡赤十字病院時代は肺癌、間質性肺炎、結核、喘息、COPD、慢性呼吸不全などを診てきました。さらに長岡でおそらく最初の禁煙治療にも取り組み、開業後も禁煙外来を行ってきました。しばらく禁煙治療薬が発売停止になっていましたがようやく再開されるようです。また日赤時代は救急救命センター副センター長も兼任しており、当地の救急体制との顔の見える関係を続けております。当院は長岡中央総合病院ならびに長岡赤十字病院研修医の地域研修を受け入れております。これからの長岡を担う若手医師を育てるため、患者様には採血、予防接種、胸部レントゲン等、ご協力をお願い申し上げます。当院は予約制を取っておりません。具合が悪いときはいつでも診察を致します。長引く咳が気になる方はご相談ください。また睡眠時無呼吸症候群の在宅検査ならびにCPAP療法、在宅酸素療法、訪問診療、往診も対応しており、ご相談いただければ対応いたします。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	休
午後 15:30~17:30	○	○	○	○	○	休	休

※休診日：土曜日午後、日曜日、祝祭日

〒940-0083 新潟県長岡市宮原3丁目12番30号

TEL:0258-32-7502

FAX:0258-32-7587

〈診療科〉内科 呼吸器内科



私の休日



冬と言えば、やっぱりスキーやスノーボードなどのウィンタースポーツですね！…と書きたいところですが、経験値はほぼ皆無なので、今回は冬の悩みの種である「雪かき」の裏技をお伝えしたいと思います。

私も雪が積もれば、休日返上で自宅に隣接する青空駐車場の雪をせっせとかいて何とか車を出すという毎日です。

ところで、雪かきの必須アイテムである「スコップ」の持ち方、皆さんどうされていますか？ すくい部に近い柄の部分を持つ手が逆手になっていませんか？



ほとんどの方が逆手だと思いますが、ここがポイントで、逆手を順手（手の甲が上）にしてみてください。アラ不思議…腕が疲れない、腰を痛めない、そして雪を遠くまで投げられます。

なぜでしょうか？ 順手にすることで自然と肩甲骨が開くので、背中と腕が連動し、無理なく大きな力が出せるからなのです。とっても簡単なので、ぜひ一度お試しください！ スコップの柄と前に出している足の動きを合わせると、さらに効率的で楽になります。

まだまだ寒い日が続きますが、裏技を駆使し、休日は子どもと雪遊びを楽しんで、長岡の冬を乗り切っていきたいと思います。

出典：岡田慎一郎著『体の使い方を換えればこんなに疲れない！』

記事担当：検査科 近藤善仁



病院からのお知らせ



『病院の理念』

地域の中核病院として
皆様の健康を守る為
良質で心温まる医療を提供し
予防・保健・福祉活動を
積極的に推進いたします



『患者の権利』

当院では、医療行為が患者さん中心に行われるべきものであると深く認識し、以下の五項目を患者の権利と制定し、これを日常の医療行為の規範とすることを宣言いたします。

1. 個人の尊厳を尊重される権利
2. 良質の医療を平等に受ける権利
3. 十分な説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人のプライバシーが守られる権利



病院祭大盛況

10月11日（土曜日）

今年は病院創立90周年・病院祭が開催されました。今年もお笑いNAMARAの大野まさやさんが司会を務め会場を盛り上げてくださいました。オープンセレモニーの保育園児の踊りから始まり、バルーンフォーマー、コンサート、市民公開講座、看護学生のアイドルメロディーなど、沢山の催しがありました。来年も開催予定です。お楽しみに!!

創立90周年記念誌を作成しました。
診療科や各部門の遍歴・OBの方・祝辞を長岡中央総合病院ホームページに掲載しております。
興味のある方はぜひホームページをご覧ください。



産婦人科 Instagram

当院4階西病棟
産婦人科Instagram
始めました。

産婦人科病棟や、当院で産まれた可愛い赤ちゃんの写真が盛り沢山。赤ちゃんの写真をみると気持ちがあっさりします。また、無痛分娩を開始しておりますので、当院産婦人科にお問い合わせください。皆さんのフォローをお待ちしております。



病院ボランティア ピアノ演奏

当院では病院ボランティアの方に、さくら文庫（文庫の貸し出し）、車椅子拭き、再来機受付の補助等を行っていただいております。11月から、当院でピアノ演奏をしていただけることになりました。月2～3回程度、不定期に演奏が行われます。

時間は15時から15時30分です。季節に合った曲を演奏してください。興味のある方はぜひ聴きにきてください。



長岡中央総合病院 公式Instagram

院内の様子や各部署の紹介など様々な情報を発信しております！
ぜひお気軽にフォローをよろしくお願いします！



!! nagachu.kouseiren !!
で検索Q



院内の
カードから
→

