

休日当番医・日曜当番医・休日歯科診療

休日 当番医

休日	当番医	時間	住所	電話番号
8月3日(日)	たかはしクリニック	9時~12時	平上荒川	46-1231
	山口医院	14時~17時	平作町	24-1811
	白井外科胃腸科医院	8時30分~12時	平下平窪	25-3788
	須田医院		小島町	27-6060
	志賀整形外科・外科		平字鍛冶町	23-5050
10日(日)	かしま病院	9時~17時	鹿島町下蔵持	58-8010
	矢吹病院		佐糠町	63-1818
	ときわ会常磐病院	常磐上湯長谷町	43-4175	
	たかはしクリニック	9時~12時	平上荒川	46-1231
	山口医院	14時~17時	平作町	24-1811
17日(日)	白井外科胃腸科医院	8時30分~12時	平下平窪	25-3788
	須田医院		小島町	27-6060
	永井整形外科		小名浜西君ヶ塚町	54-7722
	こうじま慈愛病院	9時~17時	錦町	63-5141
	かとう内科クリニック	常磐西郷町	72-0072	
24日(日)	たかはしクリニック	9時~12時	平上荒川	46-1231
	山口医院	14時~17時	平作町	24-1811
	白井外科胃腸科医院	8時30分~12時	平下平窪	25-3788
	須田医院		小島町	27-6060
	かしま病院		鹿島町下蔵持	58-8010
31日(日)	呉羽総合病院	9時~17時	錦町	63-2181
	かもめクリニック		草木台	28-1010
	たかはしクリニック	9時~12時	平上荒川	46-1231
	山口医院	14時~17時	平作町	24-1811
	坂本整形外科医院	8時30分~12時	平下平窪	25-3788
白井外科胃腸科医院	小島町		27-6060	
須田医院	小名浜岡小名		53-4374	
9月7日(日)	小名浜生協病院	9時~17時	勿来町	65-7755
	なこそ病院		常磐関船町	72-2022
	さかもと内科胃腸科クリニック	72-2022		
	たかはしクリニック	9時~12時	平上荒川	46-1231
	山口医院	14時~17時	平作町	24-1811
14日(日)	白井外科胃腸科医院	8時30分~12時	平下平窪	25-3788
	須田医院		小島町	27-6060
	相田整形外科		平中平窪	35-0808
	中村病院	9時~17時	小名浜大原	53-3141
	呉羽総合病院		錦町	63-2181
15日(月)	いわき湯本病院	8時30分~12時	常磐湯本町	42-3188
	須田医院		小島町	27-6060
	かしま病院	9時~17時	鹿島町下蔵持	58-8010
	佐藤マタニティークリニック	9時~17時	勿来町	65-6900
	いわき草木台総合クリニック		草木台	28-1145

県子ども救急電話相談 ☎024-521-3790または#8000 (プッシュ回線・携帯電話) 毎日 19時~翌朝8時

日曜 小児専門当番医 9時~12時

8月	3日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
	10日	相原小児科医院	内郷御殿町	26-5551
	17日	福田小児科医院	平下荒川	22-4272
	24日	むらまつ小児科	常磐関船町	72-0707
	31日	森のこどもクリニック	植田町	38-7227
9月	7日	若松医院	平字大町	22-3838
	14日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
	21日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘	28-8686

休日 泌尿器科当番医 9時~15時

8月	3日、10日、14日・15日・16日・17日、24日、31日
9月	7日、14日・15日、21日、23日、28日

ときわ会常磐病院 (常磐上湯長谷町) ☎43-4175

日曜 精神科当番医 10時~16時

8月	3日、10日、17日、24日、31日
9月	7日、14日、21日、28日

新田目病院 (平上荒川) ☎28-1222

日曜 眼科当番医

8月	3日、10日、17日、24日、31日
9月	7日、14日、21日、28日

中央台たなか眼科 (中央台高久) 9時~14時 ☎29-1722

休日 歯科診療 9時~12時 13時~16時

8月	3日、10日、14日・15日・16日・17日、24日、31日
9月	7日、14日・15日、21日、23日、28日

休日救急歯科診療所 (受付終了時間15時30分) (総合保健福祉センター内) ☎27-8620

※このほかにも休日に診療している医療機関がありますので、あらかじめかかりつけの医療機関などで確かめてください。
 ※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防署 (☎23-0119) へお問い合わせください。市ホームページでも公開していますのでご覧ください。

休日夜間急病診療所 (総合磐城共立病院内) ☎27-1208
 平日:20時~24時 土曜日:20時~翌朝7時
 日曜日:13時~24時
 祝日・お盆(8月13日~15日):9時~24時

●かかりつけ医をさがす

●「なんびく」をさがす

●救急車は適正に利用

かかりつけ医の紹介・相談やこれまでの掲載内容は、医師会事務局へ (ホームページURL <http://www.iwaki.or.jp>)

腸内細菌には、乳酸菌を代表とする善玉菌と有害な悪玉菌、さらに、腸内環境によって善玉にも悪玉にもなる日和見菌の三種類があります。健康な人の腸内では、善玉菌と悪玉菌と日和見菌の割合がバランスよく保たれています。腸内細菌の主な役割は、人が消

腸内環境を健全な状態に維持することは、病気の予防や老化防止に大変役に立ちます。そのためには、善玉菌の割合をできるだけ増やすことが重要です。日々の食生活などにおいて、腸内細菌のバランスを整える必要があります。

腸内細菌は人類の数百万年に及ぶ進化の過程においても、人の消化管から排除されることなく生息し、人との共生関係を保ちながら人の生命維持活動に深く関わってきました。

腸内環境を健全な状態に維持することは、病気の予防や老化防止に大変役に立ちます。そのためには、善玉菌の割合をできるだけ増やすことが重要です。日々の食生活などにおいて、腸内細菌のバランスを整える必要があります。

私たちの健康と切り離して考えることができないのが、私たちの腸管に生息しているおよそ百兆個(重さにして一・一・五キログラム)もの腸内細菌の存在です。

腸内細菌は人類の数百万年に及ぶ進化の過程においても、人の消化管から排除されることなく生息し、人との共生関係を保ちながら人の生命維持活動に深く関わってきました。

腸内細菌の働き

腸内細菌は人類の数百万年に及ぶ進化の過程においても、人の消化管から排除されることなく生息し、人との共生関係を保ちながら人の生命維持活動に深く関わってきました。

市民の健康教室



提供・問い合わせ (社)いわき市医師会 ☎27-7155

健康教室

心臓血管外科医療録⑤

4・心臓弁膜症治療の未来
 心臓弁膜症(大動脈弁)の外科治療では、人工弁へ交換する弁置換手術が今でも主流です。人工弁には、機械弁と、生体材料を使用した生体弁の二種類がありますが、生体弁の性能向上はめざましく、良好な成績です。また、自己弁による形成手術や、自己心膜を使用した再建手術も行われてきています。いわきでは、大動脈弁置換手術も条件を整えば、六センチメートルの小切開で手術することが可能です。さらに、昨今の医療技術の進歩は

めざましく、血管内カテーテルで大動脈弁置換手術ができるようになりました。当面は、通常の手術が可能な高齢者に限られますが、いわきでも近々実施できるようになる予定です。福島県、茨城県では当面いわずのみに対応可能となる予定です。このように、胸を開けず、心臓を止めずに、血管内だけで心臓弁膜症の治療を行うという、SF映画のような世界が、現実のものとなってきました。これらが定着し、他の多くの心臓手術もそのような手法で行える日も、そう遠い話ではありません。

心臓血管外科が扱う病気

心身症とは何ですか?
 A 精神面での持続的緊張やストレスによって発症し、身体症状が変化するものを指します。
 心身症は「精神疾患」ではなく「身体疾患」であるため、精神科よりも心療内科や内科で治療が行われます。
 例えば、アレキシサイミア(失感情症)といって、自分の感情を自分で感じて、言葉や態度にして表現することが困難になる傾向がみられ、知らず知らずのうちにストレスを溜めてしまい、それが身体疾患として現れます。
 心身症の例を挙げてください。
 4・心臓弁膜症治療の未来
 心臓弁膜症(大動脈弁)の外科治療では、人工弁へ交換する弁置換手術が今でも主流です。人工弁には、機械弁と、生体材料を使用した生体弁の二種類がありますが、生体弁の性能向上はめざましく、良好な成績です。また、自己弁による形成手術や、自己心膜を使用した再建手術も行われてきています。いわきでは、大動脈弁置換手術も条件を整えば、六センチメートルの小切開で手術することが可能です。さらに、昨今の医療技術の進歩はめざましく、血管内カテーテルで大動脈弁置換手術ができるようになりました。当面は、通常の手術が可能な高齢者に限られますが、いわきでも近々実施できるようになる予定です。福島県、茨城県では当面いわずのみに対応可能となる予定です。このように、胸を開けず、心臓を止めずに、血管内だけで心臓弁膜症の治療を行うという、SF映画のような世界が、現実のものとなってきました。これらが定着し、他の多くの心臓手術もそのような手法で行える日も、そう遠い話ではありません。