

休日当番医・日曜当番医・休日歯科診療

休日 当番医

※症状によっては、専門外となる場合もありますので、不明な場合は、担当医療機関にお問い合わせください。

日	時間	医療機関	住所	TEL
8月2日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	山口医院	平字作町	24-1811
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	9時~12時	志賀整形外科・外科	平字鍛冶町	23-5050
	9時~17時	いずみ整形外科クリニック	泉町滝尻	56-3533
9日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	山口医院	平字作町	24-1811
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	9時~17時	須田医院	小島町	27-6060
	9時~17時	すみたか内科クリニック	泉町滝尻	75-1560
14日(金)	9時~12時	ニュータウン腎・内科クリニック	中央台高久	46-0606
	9時~12時	山口医院	平字作町	24-1811
	14時~17時	かしま病院	鹿島町下蔵持	58-8010
	9時~17時	こうじま慈愛病院	錦町	63-5141
	9時~17時	かもめクリニック	草木台	28-1010
16日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	山口医院	平字作町	24-1811
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	9時~17時	須田医院	小島町	27-6060
	9時~17時	ふかや耳鼻咽喉科	小名浜住吉	58-1187
23日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	山口医院	平字作町	24-1811
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	9時~17時	須田医院	小島町	27-6060
	9時~17時	呉羽総合病院	錦町	63-2181
30日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	坂本整形外科医院	平豊間	38-2830
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	8時30分~11時30分	須田医院	小島町	27-6060
	8時30分~11時30分	長谷川整形外科医院	平字五色町	25-5691
9月6日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	山口医院	平字作町	24-1811
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	9時~12時	志賀整形外科・外科	平字鍛冶町	23-5050
	9時~17時	やまぐち整形外科	鹿島町走熊	29-7000
13日(日)	9時~12時	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	14時~17時	山口医院	平字作町	24-1811
	8時30分~12時	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	9時~17時	須田医院	小島町	27-6060
	9時~17時	磐城中央病院附属診療所	小名浜南君ヶ塚町	53-3511

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

2日	相原小児科医院	内郷御厨町	26-5551
9日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
16日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘	28-8686
23日	こんない子供クリニック	小名浜小名	73-8815
30日	渡辺クリニック	平字南町	25-1170
6日	福田小児科医院	平下荒川	22-4272
13日	むらまつ小児科	常磐開船町	72-0707
27日	若松医院	平字大町	22-3838

休日 泌尿器科当番医 9時~15時

ときわ会常磐病院(常磐上湯長谷町) ☎43-4175

8月	2日、9日、14日・15日・16日、23日、30日
9月	6日、13日、20日・21日・22日・23日、27日

日曜 精神科当番医 10時~16時

新田目病院(平上荒川) ☎28-1222

8月	2日、9日、16日、23日、30日
9月	6日、13日、20日、27日

日曜 眼科当番医

中央台たなか眼科(中央台高久) 9時~14時 ☎29-1722

8月	2日、9日、16日、23日、30日
9月	6日、13日、20日、27日

休日 歯科診療 9時~12時 13時~16時

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

8月	2日、9日、14日・15日・16日、23日、30日
9月	6日、13日、20日・21日・22日・23日、27日

※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

●かかりつけ医をもぎまごしよう

●「ペニ」肥満をぎまごしよう

●救急車は適正に利用しよう

市民の

健康教室



提供・問い合わせ (社)いわき市医師会 ☎27-7155

メタボより怖いサルコペニア肥満とは

サルコペニアとは筋肉減弱のこと、加齢や低栄養によって引き起こされます。サルコペニア肥満とは、この筋肉減弱に肥満が加わった状態をいい、サルコペニア肥満のどちらか一方を有する場合よりも疾病リスクが高まるといわれています。

筋肉量は、年齢とともに減少し、八十歳代では二十歳代の半分近くまでになります。過度なダイエットでは、脂肪ではなく、多くは筋肉が減少してしまいます。このように筋肉量が減少すると基礎代謝が低下し、そこにカロリー過多の食事を取ると、筋肉で消費できずに体に脂肪が蓄積されて、サルコペニア肥満になります。サルコペニア肥満においては、筋力の衰えにより、骨や関節に負担がかかって運動能力が低下し、肥満が関連する糖尿病や高血圧などの生活習慣病の発症リスクに拍車がかかります。中でも、糖尿病のリスクは、健康人に比べると、肥満単独では十三倍で、サルコペニア肥満では十九倍になるとの報告があります。また、高血圧についても同様に、肥満単独よりもリスクは高まるとの報告があり、これらの点において、サルコペニア肥満はメタボリック症候群よりも要注意といえます。

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) <http://www.iwaki.or.jp>

外科医療録 ⑤

肝がんによる死亡者は、年間約三万人を超え、全がん死の約十パーセント(男性第三位、女性第五位)です。肝がんの多くは、肝炎ウイルスの持続感染の後、約三十から四十年で慢性肝炎、肝硬変を経て発症します。近年、肥満や糖尿病などの生活習慣病に罹患した非アルコール性脂肪性肝炎(NASH)からの肝がんの発症が注目されています。

肝臓は、唯一、再生能力のある臓器ですが、知覚神経もなく、動脈と門脈という太い静脈からも血流をもらうため、めったなことではダメージが症状として出にくく、沈黙の臓器とも呼ばれています。肝がんの診断には、定期的な採血による

けんこうQ&A 整形外科⑤

「骨粗しょう症」とは何ですか? A 老化や病気が原因で、骨がもろくなる病態です。 Q 普段気を付けることはありますか? A 女性の骨密度は、二十歳代で人生の最大値を迎え、四十歳代後半から急激に低下していき、閉経後の急激な低下は、骨粗しょう症の発症リスクを高めます。 Q 骨粗しょう症の診断はどのように行われますか? A 骨粗しょう症の診断は、骨密度を測定する骨密度検査を行います。 Q 骨粗しょう症の治療はいつ始めたらよいですか? A 骨粗しょう症の治療は、骨密度が正常値以下になると黄色信号、八十パーセント以下なら赤信号で、治療を開始します。 Q 骨粗しょう症の予防には何をすればよいですか? A 骨粗しょう症の予防には、適切な運動、十分な栄養摂取、適切な日照、禁煙、飲酒の節制などが大切です。

肝がんの約三分割が肝切除術の適応となりますが、腫瘍の数、位置、残される肝臓の予備力を評価し、根治性と安全性のバランスを慎重に検討して術式が選択されます。治療法の選択は、担当医とよく相談して決めることをお勧めします。なお、いったん治療が完了しても、新たな肝がんの発生を見ることが多く、肝臓の治療や定期的な検査を継続することが大切です。

肝がんの手術

肝がんによる死亡者は、年間約三万人を超え、全がん死の約十パーセント(男性第三位、女性第五位)です。肝がんの多くは、肝炎ウイルスの持続感染の後、約三十から四十年で慢性肝炎、肝硬変を経て発症します。近年、肥満や糖尿病などの生活習慣病に罹患した非アルコール性脂肪性肝炎(NASH)からの肝がんの発症が注目されています。