

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、専門外となる場合がありますので、不明な場合は、担当医療機関にお問い合わせください。

1月1日(金)	磐城中央病院附属診療所 こうじま慈愛病院 小松医院 かたよせクリニック産科婦人科	9時~17時	小名浜南君ヶ塚町 53-3511 錦町 63-5141 遠野町 89-2041 常磐西郷町 42-4135
2日(土)	かしま病院 なこそ病院 いわき南クリニック 根本内科胃腸科医院	9時~17時	鹿島町下蔵持 58-8010 勿来町 65-7755 植田町 77-1663 常磐湯本町 43-4100
3日(日)	石井脳神経外科眼科病院 矢吹病院 花田内科クリニック 比佐医院	9時~17時	小名浜林城 58-3121 佐糠町 63-1818 錦町 62-5000 常磐湯本町 43-2313
10日(日)	たかはしクリニック 白井外科胃腸科医院 須田医院 中山クリニック 呉羽総合病院 いわき湯本病院	9時~12時 14時~17時 8時30分~12時 9時~17時	平上荒川 46-1231 平下平窪 25-3788 小島町 27-6060 小名浜西町 73-1112 錦町 63-2181 常磐湯本町 42-3188
11日(月)	須田医院 ニュータウン腎・内科クリニック おざかクリニック すけがわ内科クリニック ときわ会常磐病院	8時30分~12時 9時~12時 9時~17時	小島町 27-6060 中央台高久 46-0606 泉町滝尻 56-8777 植田町 77-0710 常磐上湯長谷町 43-4175
17日(日)	たかはしクリニック 山口医院 白井外科胃腸科医院 須田医院 志賀整形外科・外科 賀沢内科胃腸科医院 榎田病院 かもめクリニック	9時~12時 14時~17時 8時30分~12時 9時~12時 9時~17時	平上荒川 46-1231 平作町 24-1811 平下平窪 25-3788 小島町 27-6060 平鍛冶町 23-5050 小名浜岡小名 54-6200 植田町 63-3202 草木台 28-1010
24日(日)	たかはしクリニック 白井外科胃腸科医院 須田医院 中村病院 こうじま慈愛病院 箱崎医院	9時~12時 14時~17時 8時30分~12時 9時~17時	平上荒川 46-1231 平下平窪 25-3788 小島町 27-6060 小名浜大原 53-3141 錦町 63-5141 常磐関船町 42-3131
31日(日)	たかはしクリニック 坂本整形外科医院 白井外科胃腸科医院 須田医院 中山医院 なこそ病院 織内医院	9時~12時 14時~17時 8時30分~12時 9時~17時	平上荒川 46-1231 平豊間 38-2830 平下平窪 25-3788 小島町 27-6060 中之作 55-8141 勿来町 65-7755 常磐関船町 44-1133
2月7日(日)	たかはしクリニック 山口医院 白井外科胃腸科医院 志賀整形外科・外科 クリニック阿部 呉羽総合病院 せき整形外科クリニック	9時~12時 14時~17時 8時30分~12時 9時~12時 9時~17時	平上荒川 46-1231 平作町 24-1811 平下平窪 25-3788 平鍛冶町 23-5050 泉町滝尻 85-5801 錦町 63-2181 常磐西郷町 84-9905
11日(木)	須田医院 なおハートクリニック よこぎ内科胃腸科クリニック ときわ会常磐病院	8時30分~12時 9時~17時	小島町 27-6060 小名浜定西 54-1262 勿来町 65-1111 常磐上湯長谷町 43-4175
14日(日)	たかはしクリニック 白井外科胃腸科医院 須田医院 かしま病院 矢吹病院 いわき湯本病院	9時~12時 14時~17時 8時30分~12時 9時~17時	平上荒川 46-1231 平下平窪 25-3788 小島町 27-6060 鹿島町下蔵持 58-8010 佐糠町 63-1818 常磐湯本町 42-3188

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

10日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘 28-8686
17日	むらまつ小児科	常磐関船町 72-0707
24日	福田小児科医院	平下荒川 22-4272
31日	しがこどもクリニック	鹿島町久保 58-5505
2月7日	こんない子供クリニック	小名浜小名 73-8815
14日	若松医院	平大町 22-3838
21日	ながい小児科	平上荒川 28-2535
28日	おおはらこどもクリニック	東田町 63-0001

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

1月	1日・2日・3日、10日・11日、17日、24日、31日
2月	7日、11日、14日、21日、28日

日曜 精神科当番医 10時~16時

新田目病院 (平上荒川) ☎28-1222

1月	10日、17日、24日、31日
2月	7日、14日、21日、28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

1月	10日、17日、24日、31日
2月	7日、14日、21日、28日

休日 歯科診療 9時~12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

1月	1日・2日・3日、10日・11日、17日、24日、31日
2月	7日、11日、14日、21日、28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、1月1日・3日:9時~24時
1月2日:9時~翌朝7時

●かかりつけ医をもぎまごよう

●「パンパシ」受診せよまごよう

●救急車は適正に利用しよう

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>)

まず、死亡者数は、一九九〇年に世界中で二千五百万人だったものが、二〇一三年には三千百万人に増加していました。主な死因は、一九九〇年には低栄養や不衛生な飲料水、感染症などでしたが、現在では、不健康な生活習慣が寿命を縮める大きな要因であると報告されています。

具体的には、危険度の高い順に、①高血圧、②肥満、③喫煙、④アルコール、⑤糖尿病、⑥高コレステロールの食事、⑦腎不全、⑧塩分過多、⑨運動不足、⑩果物不足とされています。

この研究は、米ワシントン大学の健康指標評価研究所が中心となり、公衆衛生に携わる世界各国の研究者によって「世界疾病調査」として行われました。世界百八十八カ国で、一九九〇年から二〇一三年まで、三百六種の傷病に関するデータをまとめた大規模な研究です。

研究では「大気汚染などの要因は社会で取り組む必要があるが、喫煙や食事などの生活スタイル、肥満などは個人が改善することで健康増進につながる」としています。なお、この研究は、マイクロソフト社元会長のビル・ゲイツ氏と妻メリンダ氏創設のビル・アンド・メリンダ・ゲイツ財団の資金提供により行われました。

「世界疾病調査」から

先ごろ、世界的に権威のある医学雑誌『ランセット』に「健康寿命を縮め死亡に至る要因」に関する研究結果が発表されました。

男女別にみると、男性では喫煙とアルコール、女性では高血糖が強い危険因子だそうです。

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

外科医療録 ⑩

食道は、喉(咽頭)と胃の入り口をつなぐ二十五~三十センチメートルほどの細い管のような臓器です。ここががんができて進行すると、食物通過が悪くなり、栄養不良になります。周りに気管や肺、心臓や大動脈などがあるため、さらに進行すると、全身に転移するばかりでなく、生命維持に重要な臓器に浸潤し、致命的になります。

食道がんの手術は、頸、胸、腹の三領域にわたり、長時間の難易度の高い手術が要求され、患者さんも、心肺機能や肝臓・腎臓などの重要臓器の機能が十分に保たれていないと、回復が困難になる場合があります。食物を飲み込んだ後や熱い物を摂った後に、胸のチクチクした痛みを感じたときには、早めに内視鏡検査を受けることをお勧めします。

けんこうQ&A 整形外科 ⑩

疲労骨折とは何ですか?
A 通常の骨折は、一回の大きな外傷で起きますが、疲労骨折は、スポーツなどで骨の同じ部位に小さな力が繰り返し加わって骨折が起きます。

スポーツ愛好家など、活動性の高い人が、ぶついたり、捻ったりして、慢性的にすねや足、背中に痛みを感じる場合は、疲労骨折の可能性が有りますか?
Q 診断方法は?

A 診断は、X線検査で行いますが、発症初期には分かりにくく、数週間後の再検査で判明する場合があります。また、MRI検査や骨シンチグラフィなどで診断することもあります。

治療方法は?
Q オーバートレーニングを避けて、予防することが重要です。疲労骨折になってしまった場合は、数週間、数カ月間の局所安静が必要となり、難治例では手術が必要な場合もあります。

食道がん

食道がんは男性に多く、喫煙や飲酒、辛い食物などがその発生に関与するといわれてきましたが、最近では、習慣的な飲酒や、胃液の逆流などがリスクとして挙げられています。

食道がんの手術は、頸、胸、腹の三領域にわたり、長時間の難易度の高い手術が要求され、患者さんも、心肺機能や肝臓・腎臓などの重要臓器の機能が十分に保たれていないと、回復が困難になる場合があります。

食物を飲み込んだ後や熱い物を摂った後に、胸のチクチクした痛みを感じたときには、早めに内視鏡検査を受けることをお勧めします。

休日当番医など