

休日当番医など (7月1日～8月15日)

地域医療課 ☎27-8572

休日 当番医 9時～17時

7月	2日 (日)	山口医院	平作町	24-1811
		中村病院	小名浜大原	53-3141
		呉羽総合病院	錦町	63-2181
	9日 (日)	さかもと内科胃腸科クリニック	常磐関船町	72-2022
		かしむら婦人科クリニック	泉玉露	56-2289
		矢吹病院	佐糠町	63-1818
	16日 (日)	いわき湯本病院	常磐湯本町	42-3188
		山口医院	平作町	24-1811
		石井脳神経外科・眼科病院	小名浜林城	58-3121
	17日 (月)	こうじま慈愛病院	錦町	63-5141
		常磐病院	常磐上湯長谷町	81-5522
		草野老人内科	平泉崎	38-6780
磐城中央病院		小名浜南富岡	53-3511	
ゆうクリニック		植田町	63-1611	
いわき草木台総合クリニック		草木台	28-1145	
23日 (日)	須田医院	小島町	27-6060	
	かしま病院	鹿島町下蔵持	58-8010	
	榎田病院	植田町	63-3202	
	吉成内科	常磐上湯長谷町	42-2220	
30日 (日)	すみのやりウマチ整形外科医院	小名浜住吉	58-1154	
	こうじま慈愛病院	錦町	63-5141	
	渡辺産科婦人科	常磐関船町	42-4567	
8月	6日 (日)	山口医院	平作町	24-1811
		永井整形外科	小名浜西君ヶ塚町	54-7722
		呉羽総合病院	錦町	63-2181
	11日 (金)	常磐腎臓泌尿器クリニック	常磐下船尾町	43-1200
		小名浜生協病院	小名浜岡小名	53-4374
		はたの眼科	常磐関船町	42-2040
	13日 (日)	高坂脳外科クリニック	内郷宮町	85-0333
		大田皮フ科医院	四倉町西	32-2787
		こじま内科	遠野町	74-1500
	15日 (火)	中村病院	小名浜大原	53-3141
		こうじま慈愛病院	錦町	63-5141
		いわき湯本病院	常磐湯本町	42-3188
須田医院	小島町	27-6060		
高坂脳外科クリニック	内郷宮町	85-0333		

※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、当番医療機関へお問い合わせください。

日曜 小児専門当番医 9時～12時

7月	2日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
	9日	福田小児科医院	平下荒川	22-4272
	16日	やまざわこどもクリニック	郷ヶ丘	28-8686
	23日	こどもクリニックすずき	泉町	56-6336
8月	6日	森のこどもクリニック	植田町	38-7227

※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テレホンガイド(☎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 診療協力医

【内科】
須田医院 (小島町)
8時30分～12時 ☎27-6060

7月 9日、23日、30日
8月 11日

ニュータウン腎・内科クリニック (中央台高久)
9時～12時 ☎46-0606

8月 15日

【皮膚科】
金生皮膚科医院 (平三倉)
8時30分～12時 ☎22-2378

8月 11日

【泌尿器科】
常磐病院 (常磐上湯長谷町)
9時～15時 ☎81-5522

7月 2日、9日、17日、23日、30日

8月 6日、11日、13～15日

【婦人科】
いわき婦人科 (内郷綴町)
9時～12時 ☎27-2885

8月 15日

【眼科】
中央台たなか眼科 (中央台高久)
9時～14時 ☎29-1722

7月 2日、9日、16日、23日、30日
8月 6日

西山眼科医院 (四倉町西)
8時30分～12時 ☎32-3722

8月 11日

※この他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。
※診療の受け付けは、診療終了時間の30分前までとなります。

休日夜間急病診療所【内科・小児科】

総合保健福祉センター隣 ☎27-1208
平日：20時～23時 土曜日：19時～23時
日曜日：14時～18時、19時～23時
祝日、8月13日・14日・15日：9時～13時、14時～18時、19時～23時

※患者・医療従事者間における感染拡大防止のため、新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの検査は実施していません。

休日救急歯科診療所

総合保健福祉センター内 ☎27-8620
日曜日、祝日：9時～12時、13時～16時 (受付終了時間15時30分)

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

県救急電話 ☎024-524-3020または
相談 #7119 (プッシュ回線・携帯電話)
毎日 24時間対応

●かかりつけ医を持ちましよう

●「ハム」は急病を知らせよう

●救急車は適正に利用しましよう

市民の健康教室

提供・問い合わせ
（社）いわき市医師会 ☎38-4201



アイフレイル

「加齢に伴い身体の様々な機能が低下することによって、健康障害に陥りやすい状態」をフレイルといい、近年よく耳にするようになりました。この身体と一緒に頑張ってきた目の機能低下は『アイフレイル』と言われるようになりました。

加齢とともに眼球にも構造的・機能的に衰えが出てきます。この衰えに生活習慣・喫煙・紫外線などの外的要因と、強い近視・糖尿病や高血圧症

形成外科医療録④

口唇と形成外科

形成外科といえば、まず口唇口蓋裂・口唇裂・口蓋裂が治療対象となることはご存知でしょう。現在は出生前の超音波で診断できることもありますが、出生後の診断であっても形成外科にコンサルトされ、以後の治療計画が立てられます。この分野は形成外科医だけではなく、まさにチーム医療として治療が行われます。血管腫や動静脈奇形も口唇周囲に出現しやすく早期の治療対象となります。他にも口唇の先天性疾患はありますが、幼小児では口唇の外傷が日常的で、転倒や裂傷・切傷などです。また、電源コードを誤って口に含んで、火傷を起こすことがあります。口唇だけではなく、最悪命に関わることもあるので注意してください。

成人でも口唇には外傷が多く、幼小児も気をつけたいのが犬咬傷です。臨床上よく見受けられる腫瘍は粘膜のう腫と静脈湖です。前者はドーム状で隆起した白色がかった腫瘍で、後者は暗紫色のやや隆起した腫瘍です。両者とも良性です。

かかりつけ医の紹介・相談は、医師会事務局へ (ホームページURL <https://www.iwaki.or.jp>)

などの内科的疾患・遺伝素因などの内的要因がストレスとして加わると見えにくさが症状として出てきます。

軽度の白内障・老眼・ドライアイなどは、進行を遅らせることや症状を緩和させることが期待できますが、緑内障・重度の白内障・網膜剥離・加齢黄斑変性症・糖尿病網膜症などは放置すると重大な視力低下を招きます。この視力低下は、日常生活の行動を制限し、認知症や寝たきりなどを招き健康寿命をも短くしかねません。

眼科の外来では、健康診断や自動車運転免許更新時の視力検査をきっかけに重度の目の病気が見つかる方や、飛蚊症やかすみ目の症状から糖尿病などの内科的な病気までも見つかる方が増えています。「ただの疲れ目だろう」「年齢的に白内障だろう」などの自己判断は禁物です。今までと違う目の症状を感じたら目の病気の早期発見に努め、アイフレイルを予防しましょう。

けんこうQ&A 循環器科④

「心不全」を理解し、防ぎ、守り、共に生きるために知っておくべきこと

Q 心房細動が心配です。発見するために注意すべき点を教えてください。

A 心房細動の代表的な症状は、動悸、息切れ、めまいです。しかし、高齢者では、症状が非定型なことが多く、3～5割は無症状だと言われています。このような無症状の心房細動患者と、原因不明の脳梗塞は重複する部分が多いと考えられており、現在、無症候性心房細動患者の抽出に何が有効かは、学術的興味の対象にもなっています。残念ながら年1回の検診は良好な検出環境とは言い難く、24時間心電計などは発作性心房細動の診断に有効なものの、費用対効果および脳卒中低リスク群の同定という点では限界があります。近年腕時計型のウェアラブル・デバイスによる患者参加型心電図記録が有効な方法として注目を浴びており、今後医療現場での活用が増加する可能性があります。現時点では、自己脈測定を行い、乱れが確認された場合は心電図検査を行う、という流れが最も有効と言えます。よって心房細動スクリーニングは、プライマリ・ケアの現場やその地域のヘルスケアシステムが中心となって行われるべきと考えられています。