

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、当番医療機関へお問い合わせください。

7月4日(日)	富岡クリニック 榊田病院 常磐病院	9時～17時	小名浜大原 85-5770 植田町 63-3202 常磐上湯長谷町 81-5522
11日(日)	中村病院 こうじま慈愛病院 いわき湯本病院	9時～17時	小名浜大原 53-3141 錦町 63-5141 常磐湯本町 42-3188
18日(日)	いづかクリニック なこそ病院 かたよせウイメンズクリニック	9時～17時	小名浜中町境 52-2225 勿来町 65-7755 常磐西郷町 42-4135
22日(木)	草野老人内科 かしま病院 佐藤マタニティー・クリニック いわき草木台総合クリニック	9時～17時	平泉崎 38-6780 鹿島町下蔵持 58-8010 勿来町 65-6900 草木台 28-1145
23日(金)	須田医院 磐城中央病院 森のこどもクリニック はたの眼科	9時～17時	小島町 27-6060 小名浜南富岡 53-3511 植田町 38-7227 常磐関船町 42-2040
25日(日)	小名浜生協病院 呉羽総合病院 根本内科胃腸科医院	9時～17時	小名浜岡小名 53-4374 錦町 63-2181 常磐湯本町 43-4100
8月1日(日)	門屋整形・内科 こうじま慈愛病院 比佐医院	9時～17時	小名浜鳥居北 54-4047 錦町 63-5141 常磐湯本町 43-2313
8日(日)	中央台たなか眼科 洋向台クリニック 矢吹病院 いわき湯本病院	9時～17時	中央台高久 29-1722 洋向台 55-5150 佐糠町 63-1818 常磐湯本町 42-3188
9日(月)	中村病院 おおはらこどもクリニック 常磐病院	9時～17時	小名浜大原 53-3141 東田町 63-0001 常磐上湯長谷町 81-5522
13日(金)	見城整形外科クリニック	9時～17時	中央台飯野 28-3985
14日(土)	本町通りクリニック	9時～17時	平四町目 24-7830
15日(日)	なかにし内科クリニック 石井脳神経外科・眼科病院 榊田病院 かとう内科クリニック	9時～17時	平北白土 21-8181 小名浜林城 58-3121 植田町 63-3202 常磐西郷町 72-0072

日曜 小児専門当番医 9時～12時

7月	4日	相原小児科医院	内郷御厩町 26-5551
	11日	あおぞらキッズクリニック	小名浜大原 85-5439
	18日	むらまつ小児科	常磐関船町 72-0707
	25日	おおはらこどもクリニック	東田町 63-0001
8月	1日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘 28-8686
	8日	福田小児科医院	平下荒川 22-4272

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新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、同感染症・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、8月13日・14日・15日：9時～12時、13時～16時 (受付終了時間15時30分)

※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 診療協力医 ※休日当番医の場合は、左表に記載しています。

【内科】

山口医院 (平作町) 9時～17時 ☎24-1811

7月4日、18日 8月1日

須田医院 (小島町) 8時30分～12時 ☎27-6060

7月11日、22日、25日

8月8日・9日、13日

【整形外科】

吉田整形外科医院 (平研町) 9時～12時 ☎22-6030

8月9日

【泌尿器科】

常磐病院 (常磐上湯長谷町) 9時～15時 ☎81-5522

7月11日、18日、22日・23日、25日

8月1日、8日、13日・14日・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4日、11日、18日、25日

8月1日

西山眼科医院 (四倉町) 8時30分～12時 ☎32-3722

8月13日

【皮膚科】

大田皮フ科医院 (四倉町) 9時～17時30分 ☎32-2787

7月22日・23日

金生皮膚科医院 (平三倉) 8時30分～15時45分 ☎22-2378

7月23日 8月9日

【耳鼻科】

ごらい耳鼻咽喉科 (内郷小島町) 8時30分～12時30分 ☎85-5031

7月22日・23日

【婦人科】

いわき婦人科 (内郷綴町) 9時～12時 ☎27-2885

8月14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。

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

●かかりつけ医を持ちましょう

●オンライン受診はやめましょう

●救急車は適正に利用しましょう

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

市民の

健康教室



提供・問い合わせ (一社)いわき市医師会 ☎38-4201

野球肩 (投球障害肩)

投球障害肩とは、野球の投球動作などの腕を大きく振る動作を繰り返すスポーツで起こる肩関節の障害です。

主な原因は、過度な投球動作ですが、肩関節や肩甲骨周囲の筋力不足、体幹や股関節の柔軟性不足、不適切なフォームなどの要因も関わっています。

たり破れたりすると、痛みで腕が上がらず、痛みで目が覚めるなどの症状も現れます。

三つ目は、ルーズショルダー (動揺肩) です。肩関節が生まれつき緩く過度に肩関節が動くため、肩を使い過ぎると、周囲の組織を損傷しやすく、不安定感や脱力感、痛みなどの症状が現れます。

四つ目は、肩甲上神経損傷です。肩甲上神経が投球の一連の動作で引っ張られたり圧迫されたりして損傷し、肩の後ろ外側に放散する痛みを感じます。

投球障害肩の種類は、その原因や損傷部位により多数ありますが、発症の頻度が高いものは五つです。一つ目は、最も多く見られるインピンジメント症候群です。腕を上へ振り上げる動作を繰り返すと、関節内で衝突が起こり、肩を安定させる筋肉の腱の複合体である腱板やその周囲に炎症を起こします。腕を約九十度上げると痛みや引っ掛かりを感じ、それ以上、上げられなくなります。

二つ目は、腱板損傷です。スポーツなどで腱板が骨から剥がれ

五つ目は、リトルリーグショルダー (上腕骨骨端線離開) で、成長期の子どもの発症します。子どもの上腕骨の肩側にある成長軟骨 (骨端線) は骨に比べて弱く、繰り返される投球動作によって離れ、投球時や投球後に肩の痛みが発症します。放置すると成長障害が起こる可能性があります。

総合診療科医療録④

突発性発疹

突発性発疹はヒトヘルペスウイルス6型による感染症で、生後七ヶ月から十ヶ月の乳幼児に多く見られ、九パーセントが二歳までに罹患する。生後初めての発熱の原因として、急性上気道炎、いわゆる普通の風邪の次に多いとされています。

症状としては、三十九度～四十度の高熱が三～五日間続き、解熱と同時に発疹が出現します。発疹は細かい紅斑で、体幹部・首から始まり、四肢・顔面に広がります。かゆみのない発疹で、痕を残さず数時間から数日で消失します。

その他の症状で特異的なものはあまりありませんが、リンパ節腫脹、上気道症状、下痢などを伴うことがあります。

特に生後初めての発熱だと、保護者がとても心配されますが、ほとんどの場合、高熱の割に元気で自然に治癒します。

しかし、ごくまれに脳炎を合併するなど、発疹が出現した後も高熱が続く場合は他の疾患の可能性も考えられるので要注意です。元気がない場合やぐったりしているような場合は、速やかに医療機関の指示を仰ぎましょう。

けんこうQ&A

消化器科④

胃がん

Q 胃がんの早期発見のために、どんな検査をすれば良いですか?

A 胃X線検査 (胃バリウム検査) や胃カメラ検査 (胃内視鏡検査) があります。また、胃がんの原因となるヘリコバクターピロリ感染について調べることも有用です。

Q どのようにして診断するのですか?

A 胃内視鏡検査で病変の組織を取り、がん細胞の有無を顕微鏡で調べます。結果は、約一週間で分かります。

Q この検査で治すことができるのは、どんな胃がんですか?

A がんの深さが、胃の壁の浅い粘膜に留まっている早期胃がんです。がんを含む胃粘膜を電気メスで剥ぎ取って切除します。

Q 日常生活で注意することはありますか?

A 胃がんの予防としては、禁煙や節度のある飲酒、塩分が少ない食事が効果的と言われています。早期胃がんでは、ほとんど症状がありません。健診や定期検査を積極的に受けたいことをお勧めします。