

# 休日当番医など (11月1日~12月15日)

地域医療課 ☎27-8572

## 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。

11月3日(水)	高倉基整形外科	9時~17時	中央台鹿島	84-9030
	かしま病院		鹿島町下蔵持	58-8010
	おおはらこどもクリニック		東田町	63-0001
	はたの眼科		常磐関船町	42-2040
7日(日)	小名浜生協病院	9時~17時	小名浜岡小名	53-4374
	呉羽総合病院		錦町	63-2181
	常磐病院		常磐上湯長谷町	81-5522
14日(日)	クリニック阿部	9時~17時	泉町滝尻	85-5801
	榊田病院		植田町	63-3202
	箱崎医院		常磐関船町	42-3131
21日(日)	なおハートクリニック	9時~17時	小名浜定西	54-1262
	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
23日(火)	吉田整形外科医院	9時~17時	平研町	22-6030
	だいた耳鼻咽喉科クリニック		平四町目	35-3380
	中村病院		小名浜大原	53-3141
	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
28日(日)	磐城中央病院	9時~17時	小名浜南富岡	53-3511
	なこそ病院		勿来町	65-7755
	織内医院		常磐関船町	44-1133
12月5日(日)	おちあい内科消化器科クリニック	9時~17時	小名浜岡小名	73-1171
	矢吹病院		佐糠町	63-1818
	せき整形外科クリニック		常磐西郷町	84-9905
12日(日)	かしま病院	9時~17時	鹿島町下蔵持	58-8010
	榊田病院		植田町	63-3202
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188

## 日曜 小児専門当番医 9時~12時

11月	7日	しがこどもクリニック	鹿島町久保	58-5505
	14日	こどもクリニックすずき	泉町	56-6336
	21日	相原小児科医院	内郷御殿町	26-5551
	28日	いわき草木台総合クリニック	草木台	28-1145
12月	12日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001

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

※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 ※休日当番医の場合は、左表に記載しています。

【内科】  
須田医院 (小島町) 8時30分~12時 ☎27-6060

11月 3日、14日、23日、28日  
12月 12日

山口医院 (平作町) 9時~17時 ☎24-1811

11月 7日、21日 12月 5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

11月 23日

【泌尿器科】  
常磐病院 (常磐上湯長谷町) 9時~15時 ☎81-5522

11月 3日、14日、21日、23日、28日

12月 5日、12日

【眼科】  
中央台たなか眼科 (中央台高久) 9時~14時 ☎29-1722

11月 7日、14日、21日、28日

12月 12日

【皮膚科】  
大田皮フ科医院 (四倉町) 9時~17時30分 ☎32-2787

11月 3日、23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: 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: 9時~12時、13時~16時

(受付終了時間15時30分)

●かかりつけ医を持ちまじょう

●「ハニ」医療支援センター

●救急車は適正に利用しまじょう

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

## 痛風

痛風は、過剰になった尿酸が関節にたまり、腫れや痛みを生じる病気です。風が当たっただけでも痛むことから名付けられています。尿酸は食品に含まれるプリン体という物質が肝臓で分解されて作られ、尿とともに出ていきます。しかし、体内で作られ過ぎたり、排出されにくかったりすると、体内の尿酸の量が高くなり、そのうちの一部が痛風となります。プリン体は魚介類、肉類など多くの食品に含まれますが、特にレバーや青魚(特に干物)に多く含まれます。プリン体を特に多く含む食品を知り、取り過ぎないことが大切です。プリン体含有量の表は、インターネットで簡単に手に入りますので確認しておくといでしょう。

よく原因と言われるビールですが、プリン体含有量自体は特に多め、放置しないことが大切です。脳血管障害のリスクが高まるため、放置しないことが大切です。痛みを繰り返すと発作の頻度が増え、体の至る所にしこりができたり、腎臓に影響が及んだりします。また、動脈硬化による心臓・肺の血管障害のリスクが高まるため、放置しないことが大切です。

いわけではありません。ただ、アルコール自体が尿酸を増やし、排せつを抑える働きがありますし、飲み過ぎで脱水になることも痛風の要因になります。

## 総合診療科医療録⑧

## けんこうQ&A

## 消化器科⑧

### ウイルス性肝炎

Q どんな病気ですか?  
A 肝炎ウイルスに感染することにより、肝臓の細胞が炎症を起こし、少しずつ壊れていく病気です。主な肝炎ウイルスにはA型、B型、C型、D型、E型の5種類があります。健康診断では、何型の肝炎を調べますか?  
A 慢性肝炎の原因となるB型肝炎やC型肝炎について血液検査で調べます。感染が認められた場合は、治療法などを考えていきます。

Q どんな治療法がありますか?  
A ウイルスの増殖を妨げる薬があります。この薬を飲むことにより、B型肝炎を抑えることや、C型肝炎を治癒させることができます。注意することはありますか?  
A 慢性肝炎は、初期には無症状のことがほとんどです。しかし、放置すると肝硬変へ進行し、肝がんを発症することもあります。

Q どんな治療法がありますか?  
A ウイルスの増殖を妨げる薬があります。この薬を飲むことにより、B型肝炎を抑えることや、C型肝炎を治癒させることができます。注意することはありますか?  
A 慢性肝炎は、初期には無症状のことがほとんどです。しかし、放置すると肝硬変へ進行し、肝がんを発症することもあります。

### 一過性スマートフォン失明

夜中に突然片方の目が見えなくなったという経験はありませんか。慌てて夜間救急を受診したものの、受診時には症状はなくなっていて、念のため頭部MRI(磁気共鳴画像装置)などの精密検査をしたけれど、結局何も異常が見つからなかったという経験があるなら、それは、一過性スマートフォン失明(スマホ失明)かもしれません。

スマホ失明は、暗い部屋で横向きに寝たままスマホを操作している際に、下になっている目だけが先に暗さに慣れ、上になっている目は逆にスマホの画面の明るさに慣れる状態になることで、スマホの電源を切った後に、上になつてきた目が暗さに慣れるのに通常よりも時間がかかってしまい、一時的にそちらの目が見えなくなってしまう現象です。

特に基礎疾患がなく、症状発現の直前に暗闇でスマホを使用しており、症状が二十分以内に改善すればスマホ失明で間違いありませんので、夜間受診や精密検査は必要ありません。もちろん、暗闇でのスマホの使用は控えることをお勧めします。