

けんこうガイド | 3・4月

健康推進課(保健センター内) 〒362-0074 春日2-10-33 ☎774-1411 ☎776-7355

☑=内 容
☑=対 象
☑=定 員
☑=持 ち 物
☑=費 用
☑=申 込 込

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
フッ素塗布	3月24日(木) 上平公民館	☑歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した4歳未満児(6カ月間隔で塗布できます)	☑1365円 ☑当日、直接会場へ
	午後1時15分～2時	☑母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	
10か月児健康相談	3月29日(火) 保健センター	☑平成22年5月の出生児	☑当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。
	午前9時～10時	☑母子健康手帳、おむつ、バスタオル	
妊婦教室 (両親学級併設)	4月13日(水) 保健センター	☑出産予定日が平成23年7～10月の人(2日間で1コース(2日目はパートナーと受講可))	☑30組(先着順) ☑300円(食材費) ☑電話で健康推進課へ ※次の開催は6月です。
	4月19日(火)		
4か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査	対象者には個別通知。通知のない場合は、お問い合わせください。 ※日程など詳しくは、『予防健診一覧 23年4月～7月』または市ホームページをご覧ください。		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
総合健康相談	4月11日(月) 市役所ロビー	☑保健師・栄養士による健康相談	☑当日、直接会場へ
	午前9時30分～10時30分	☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)	
精神科医師による こころの健康相談	4月8日(金) 保健センター	☑保健師・精神科医師による面接相談	☑3組 ☑電話で健康推進課へ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
	午後1時～3時	☑精神面で心配がある人と家族	
うつ の 家族 サロン	3月10日(木) 保健センター	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い	☑当日、直接会場へ
	午後1時30分～3時30分	☑うつ患者の家族	
統合失調症患者 の家族サロン	3月17日(木) 保健センター	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い	☑当日、直接会場へ
	午後1時～3時	☑統合失調症患者の家族	
栄養・健康相談 (生活習慣病予防 相談)	3月22日(火) 保健センター	☑保健師・栄養士・運動指導士・ 歯科衛生士による健康相談。高脂血症、高血圧、糖尿病、骨粗しょう症など生活習慣病予防のための相談と健康診査後の相談	☑4人 ☑電話で健康推進課へ(予約制)
	午前9時10分～10時10分	☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)、歯ブラシ	
ソーシャルクラブ	毎週木曜日 保健センター	☑精神障害者の社会復帰支援のためのグループ活動(話し合い、スポーツ、調理実習など)	☑15人 ☑電話で健康推進課へ(登録制)
	午前9時45分～正午 ※プログラムの内容により、 時間や場所が変わります。	☑心の病(統合失調症など)の回復期で在宅療養中の人	

【個別検診】7月から実施します。申し込みは3月1日(火)からです。
 【集団検診】胃がん検診、乳がん検診、肺がん・結核検診。申し込みは3月1日からです。
 ※申し込み方法など詳しくは、『予防健診一覧 23年4月～7月』または市ホームページをご覧ください。

平日夜間・休日診療

【平日夜間診療】

小児科・内科

「平日夜間・休日急患診療所」(緑丘2-2-27 上尾医療センター内、☎774-2661・☎772-1353)で行っています。

▷診療日 月～金曜日(祝日を除く)
▷診療時間 午後8時～10時(受け付けは午後8時～9時30分)

【休日診療】

内科・小児科・外科

「平日夜間・休日急患診療所」(上記参照)で行っています。

▷診療日 日曜日・祝日・年末年始
▷診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時(受け付けは午前11時30分まで、午後は3時30分まで)

歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)で行っています。

▷診療時間 午前9時30分～午後0時30分

【休日】

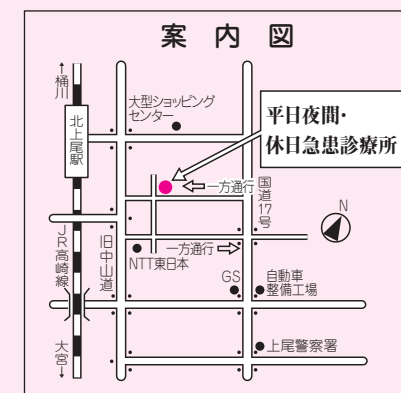
産婦人科

4月	当 番 医
3日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922
10日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
17日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
24日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
29日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922

▷診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時

◆広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、お出掛けください。

●こんな時には、埼玉県救急医療情報センターの
県民案内サービスのご利用を！
 ①救急車を呼ぶほどではないが、緊急に受診が必要なとき
 ②休日・祝日、夜間などのとき
 ③どこで診てもらえばよいか分からないとき
 診療が可能な医療機関をご案内します。
 ▷電話番号 824-4199(24時間対応)
 ●子どもの急な病気に困ったら小児救急電話相談に
相談を！
 子どもの急病時(発熱、下痢、嘔吐など)の家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。
 ▷相談日時 月～土曜日/午後7時～11時
 日曜日・祝日・年末年始/午前9時～午後11時
 ▷電話番号 #8000(NTTプッシュ回線)
 833-7911(ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話)



アトピー性皮膚炎は、かゆみの強い皮膚病です。発症の原因は現状でははっきりした要因が究明されていませんが、遺伝的な素因が基本にあると考えられています。発症は生後2カ月ぐらいたるころが多く、成人に至るまで長期にわたり繰り返す傾向があり、成人期では重症化する例が多く見られます。アトピー性皮膚炎はアレルギー反応も関与するといわれ、日常生活や環境の変化、食生活、ストレスなどでも皮膚炎がひどくなる場合があります。通常では顔や体の全身に発症します。

現在の治療の基本は外用薬と内服薬と、状態によっては保湿剤の併用が主流となっています。季節では夏季と冬季に悪化傾向があり、夏は発汗によるものと、冬季は乾燥によるものがあります。治療は外用薬のステロイドの軟膏が主流です。ステロイドの外用剤も強いものから弱いものまであり、症状や部位によって使い方が異なります。また内服薬では、抗アレルギー剤や抗ヒスタミン剤がしばしば併用されます。症状やかゆみの強さにより治療方法も異なりますので、なるべく早く皮膚科の専門医を受診し、相談することが大切です。

検査は血液によるアレルギーの検査があります。環境因子や食事、最近ではペットを飼う家庭が多いので、総合的に検査を受けられるようになりました。アトピー性皮膚炎では日常生活に大きな影響があります。一般的には睡眠を十分に取らず、毎日入浴して皮膚を清潔に保ち、かゆみの強さや部位により適切な外用薬を医師の指導の下で使うことが大切です。最近では市販薬を使い過ぎて副作用が出てしまう症例も多く見られます。長くかかる皮膚病ですので、やはり皮膚科専門医の指導の下で症状に合った治療と肌の手入れを続けることが大切です。

（上尾市医師会）



358

アトピー性皮膚炎

今月の健康