

# けんこうガイド | 9・10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  
☎=対象員  
☎=定  
☎=持ち物  
☎=費用  
☎=申し込み

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
フッ素塗布	9月14日(火) 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か月間隔で塗布できます)	☎1,365円 ☎当日、直接会場へ
	10月6日(水) 保健センター 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	9月14日(火) 保健センター 午前9時～10時	☎平成21年11月の出生児 ☎母子健康手帳、おむつ、バスタオル	☎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。
	10月5日(火) 保健センター 10月13日(水) 午前9時30分～午後3時 (9時15分から受け付け)	☎出産予定日が平成23年1月～3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 ☎300円(食材費) ☎電話で健康推進課へ(先着順)
妊婦教室 (両親学級併設)	9月24日(金) 保健センター 午前9時30分～10時30分	☎身長・体重の計測、発達・育児・食事・歯の相談 ☎就学前の乳幼児 ☎母子健康手帳、おむつ、バスタオル	☎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。保護者の健康相談も行います。
	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 ポリオ予防接種	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 22年8月～11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	10月5日(火) 市役所ロビー 午前9時30分～10時30分	☎保健師・栄養士による健康相談 ☎健康面で心配がある人 ☎健康手帳(持っている人)	☎当日、直接会場へ
	10月7日(木) 保健センター 午後1時～4時30分	☎医師の講義、リラクゼーションの講義と実習 ☎心の健康とリラクゼーションに関心のある人 ☎健康手帳、筆記用具	☎35人 ☎電話で健康推進課へ(予約制)
精神保健相談	10月1日(金) 保健センター 午後1時～3時	☎保健師・精神科医師による面接相談 ☎精神面で心配がある人と家族	☎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。
	うつ病患者の 家族教室	9月28日(火) 保健センター 10月6日(水) 午後1時15分～4時	☎「うつ病の正しい理解について」精神科医師、精神保健福祉士、保健師などによる講義と話し合い(2日間で1コース) ☎うつ病患者の家族
統合失調症患者の 家族サロン	9月16日(木) 保健センター 午後1時～3時	☎共通の悩みを持つ家族の話し合い ☎統合失調症患者の家族	☎当日、直接会場へ

【個別検診】成人歯科健康診査、女性健康診査、骨粗しょう症検診、前立腺がん検診、大腸がん検診、子宮がん検診、  
肝炎ウイルス(B型・C型)検診  
【集団検診】胃がん検診、乳がん検診  
※申し込みなど詳しくは、『予防健診一覧 22年8月～11月』または市ホームページをご覧ください。

献 血	※日程が変更になることがあります。	と き	と ころ	時 間	内 容	主 催
9月27日(月)	パリュープラザ上尾愛宕店 (愛宕三丁目)	午前10時～正午、午後1時～4時	全血	上尾中央ライオンズクラブ (☎当日、直接会場へ)		

## 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

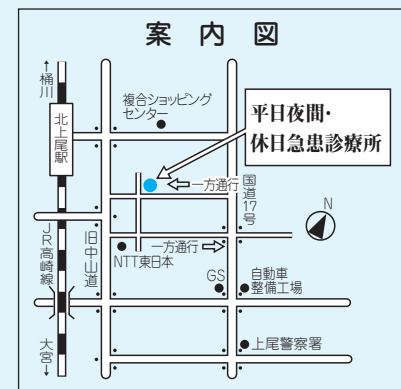
10月	当 番 医
3日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・FAX722-1146
10日	ナヤマレディースクリニック ☎771-3659・FAX771-3922
11日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・FAX787-3801
17日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・FAX773-7122
24日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・FAX722-1146
31日	ナヤマレディースクリニック ☎771-3659・FAX771-3922

▷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。☎048-824-4199(24時間対応)



352

## 糖尿病の合併症

## 今月の健康

糖尿病の95%は、慢性的な過食と運動不足に加えて遺伝的素因も関与して発症する「Ⅱ型糖尿病」です。こうしたタイプでは、膵臓のインスリン分泌量が減ったり、組織や臓器でインスリンが効きにくいインスリン抵抗性になったりして、高血糖状態になります。病気の初期では症状のないことが多いので放置しがちですが、こうした状態が長く続くと、将来的にはさまざまな合併症が出てきます。

中でも、動脈硬化が進むと引き起こされる全身の血管合併症が重要になります。比較的大きな血管が傷むと、心臓の筋肉に栄養を送る冠状動脈が障害される虚血性心臓病(狭心症、心筋梗塞)や、脳の血管が詰まる脳梗塞のほか、ひどくなると足が腐ってしまう閉塞性動脈硬化症などが問題となります。

一方、細小血管が障害されると、目の網膜が障害される網膜症(失明の原因となります)を起こし、また腎臓のろ過機能が落ちる慢性腎臓病(進行すると透析治療が必要になります)や、両足のしびれ、痛み、知覚の低下などの症状が出る神経障害が起こります。ちなみに、網膜症、腎臓障害、神経障害は、糖尿病の三大合併症といわれています。このほかにも感染症にかかりやすくなり、皮膚感染症(水虫、膿皮症など)、歯周病、肺結核などにも注意が必要です。

こうした糖尿病による直接的な合併症のほかにも、糖尿病の患者は高血圧や脂質異常症などを併せ持っている場合が多く見られます。糖尿病に限りませんが、重大な合併症を引き起こさないためにも、早期診断、早期治療が重要です。症状がないからと放置しないことが肝心となります。

上尾市医師会