

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
1月12日(木)	上尾市役所	午前9時30分～正午、午後1～4時	全血	上尾市(☑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

「平日夜間及び休日急患診療所」(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8～10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

「平日夜間及び休日急患診療所」(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1～4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。

▷診療日 日曜日・祝日

▷診療時間 午前9時30分～午後0時30分

### 【休日】

#### 産婦人科

2月	当 番 医
5日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922
11日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
12日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
19日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
26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1～4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おとき

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)

医療機関・薬局の情報は、県ホームページの埼玉県医療機能情報提供システムも併せてご利用ください。

●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！

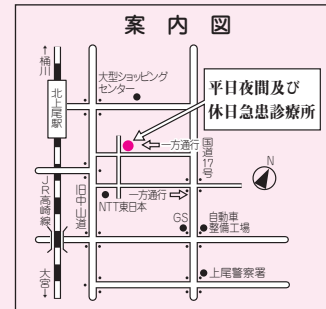
子どもの急病時(発熱、下痢、嘔吐<sup>おうと</sup>など)の家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

▷相談日時 月～土曜日/午後7～11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)



過敏性腸症候群は別名、過敏性腸炎または過敏性大腸炎ともいわれています。腫瘍や潰瘍、炎症性腸疾患などの病気が内視鏡・レントゲン検査などを実施しても認められず、機能的な病気と考えられています。消化器科を受診する患者の半数近くが、この病気の症状とは知らずに受診しています。症状から大きく三つに分類されます。

①下痢型 慢性の下痢が続きます。食べると下痢し粘液を伴うこともあります。血便などは見られません。食事が胃に入ると、直ちに腸に過剰な異常収縮運動が起こり(正常でもある胃結腸反射が過剰に働くため)、下痢と腹痛に悩まされます。

②便秘型 腹痛があり便意をもよおしますが、トイレに行ってもコロコロのウサギのふんのような便しか出ません。大腸のS状結腸で異常収縮が起こり、一方大腸の他の部分は、腸内容物を運ぶ蠕動運動<sup>ぜんどうどう</sup>が低下するため、便がせき止められて気持ちよく出ません。

③下痢と便秘の交替型 下痢の症状が数日間続き、その後便秘が続く腹痛と吐き気、嘔吐<sup>おうと</sup>、ガスなどの症状で悩まされます。下痢型と便秘型が交互に起こるタイプです。

これら三つとも、疲労感、発汗、動悸<sup>どうき</sup>、頭痛などの自律神経症状や不安感や抑鬱<sup>おんうつ</sup>などの精神症状も併発します。あるいは精神科領域のパニック障害やうつ病などの部分症状としても発現します。

まずは、消化器科で潰瘍性大腸炎や大腸がんなどの器質的な病気でないことを鑑別し、この病気であると診断されたら、心療内科や精神科と密接に連携した診察をもらう必要があります。また生活の乱れや職場環境の変化、過重労働などが原因なので、その面の改善も大事です。

～上尾市医師会～



368

今月の健康

過敏性腸症候群(IBS)

# けんこうガイド | 1・2月

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

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

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
フッ素塗布	1月17日(火) 保健センター	歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した就学前の人(6か月間隔で塗布できます) 母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	費1,365円 当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。
	1月19日(木) 平方支所		
	2月10日(金) 大石公民館		
	午後1時15分～2時		
10か月児健康相談	1月24日(火) 保健センター	平成23年3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。
	午前9～10時		
妊婦教室 (両親学級併設)	2月14日(火) 保健センター	平成24年5～8月に出産予定の人(2日間で1コース<2日目はパートナーと受講可)	定30組(先着順) 費300円(食材費) 電話で健康推進課へ(予約制) ※次回の開催は4月です。
	2月17日(金)		
両親学級 1日コース	2月5日(日) 保健センター	平日の妊婦教室に参加できない平成24年4～9月に出産予定の妊婦とそのパートナー 妊娠中の栄養、生活、出産準備のダイジェスト講義、もく浴	定20組(先着順) 1月6日(金)から電話で健康推進課へ(予約制)
	午前9時30分～午後3時15分		
乳幼児健康相談	2月7日(火) 保健センター	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。
	午前9時30分～10時30分		
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。転入してきた人、通知が届いていない人は、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12月～24年3月』または市ホームページをご覧ください。		
ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン接種	平成23年4月から市内実施医療機関での無料接種が始まっています。保健センター、こども支援課(市役所2階⑤番窓口)、各支所・出張所にチラシを設置しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。予約票は市内実施医療機関に設置しています。		
子宮頸がん予防ワクチン接種	無料接種対象は、平成7年4月2日～平成11年4月1日生まれの女子です。詳しくは21ページ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	2月6日(月) 市役所ロビー	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
	午前9時30分～10時30分		
栄養・健康相談 (生活習慣病予防相談)	1月30日(月) 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。脂質異常症、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 健康面で心配がある人 健康手帳(持っている人)、歯ブラシ	定4人 電話で健康推進課へ(予約制)
	午前9時10分～10時10分		
臨床心理士による こころの悩み相談	2月6日(月) 保健センター	臨床心理士・保健師による面接相談 何となく元気がない、眠れない、ついお酒に頼ってしまう、もしかしたら「うつ」かな?、対人関係に悩んでいる、育児・介護などに疲れてしまったなどの心の悩みを抱えている人	定4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。
	午前9時～午後4時		
精神科医師による こころの健康相談	1月27日(金) 保健センター	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	定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。
	2月10日(金)		
統合失調症患者の 家族サロン	1月26日(木) 保健センター	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
	午後1時30分～3時		