

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2-1-27、上尾医療センター内、☎774-2661・☎772-1353 / 7月1日〈月〉からは緑丘2-1-27、東保健センター3階、☎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】

小児科・内科・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(受け付けは午前は11時30分まで、午後は3時30分まで)

平日夜間及び休日急患診療所は、急患の人に応急的診療だけを行います。慢性疾患の診療やかかりつけ医などと同様の精密検査などには対応していません。また投薬は、最低日数分になります。

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

8月	当番医
4日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
11日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
18日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
25日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146

- ▶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)

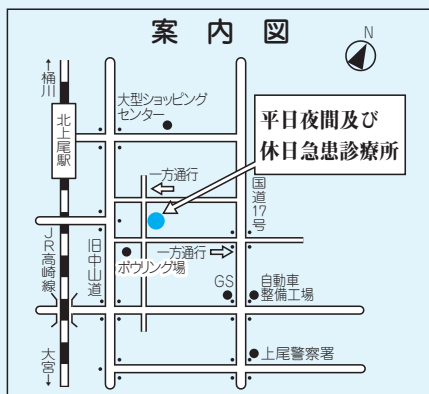
医療機関・薬局の情報は、県ホームページの
埼玉県医療機能情報提供システム (☎ http://www.iryu-kensaku.jp/saitama/) も併せてご利用ください。

●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～翌朝7時
日曜日・祝日・年末年始/午前9時～翌朝7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)



386

熱中症

今月の健康

数年前の初夏の午後、救急車のサイレンと共に日焼けした中年男性が病院に搬送されてきました。屋外で小まめに水分を取りながら作業をしていましたが、突然倒れ込み意識が消失してしまったのです。体温40度、血圧は低下し(急性循環不全)意識がなく(中枢神経障害)、すぐに人口呼吸器が装着され懸命の救命・集中治療が行われました。その結果一命を取り留め、リハビリ治療を受けて退院することができました。

昔の内科の教科書には熱(日)射病と載っていますが、最近では屋内でも同様の症状が出ることから、暑熱環境に長時間いることで体が水分を失って起こる症状を広く熱中症と呼びます。特に幼児と高齢者は脱水状態になりやすいので注意が必要です。近年、自分で動けない高齢者が真夏に屋内で熱中症になり、救急搬送されるケースが増えています。

初期の症状は脱力感、動悸、口渇感、疲労感、悪心、嘔吐、頭重感、目まい、失神、ふらつき、筋肉痙攣などがあります。治療の原則として、高温環境から涼しい室内へ運び安静にし、体を横にさせ、同時に水分やイオン飲料を摂取することです。可能であれば保冷剤を脇の下、脚の付け根に当てると良いでしょう。

意識喪失の時間と重症度はほぼ相関しています。意識障害が長く続くと死亡する危険が高くなることから、熱中症で意識がなければすぐ救急車で病院に搬送する必要があります。

ここ数年夏の猛暑が続いていますが、「備えあれば憂いなし」と言うように、少しの注意が身近で大切な命を救うこととなります。

上尾市医師会

けんこうガイド 7~9月

健康推進課

東保健センター 〒362-0015 緑丘2-1-27
(母子保健) ☎774-1414 ☎774-8188

西保健センター 〒362-0074 春日2-10-3
(成人・精神保健) ☎774-1411 ☎776-7355

内=内 容
対=対 象
定=定 員
持=持 ち 物
費=費 用
申=申し込み

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
すくすく計測会	8月7日(水) 東保健センター	内 身長・体重の測定 対 就学前の乳幼児 持 母子健康手帳、おむつ、バスタオル	申 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30分～11時		
フッ素塗布	7月25日(木) 東保健センター	対 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幼児 ※6カ月間隔で塗布できます。 持 母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	費 1,365円 申 当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。
	8月7日(水) 西保健センター		
	午後1時15分～2時		
育児教室	9月19日(木) 東保健センター	内 親子の遊び、救急処置、簡単な離乳食、気を付けてほしい症状を学ぶ 対 平成24年12月1日～平成25年3月31日生まれの乳児と保護者	定 30組(応募者多数の場合は抽選) 費 100円(食料費) 申 往復はがきに住所・親子の氏名・乳児の生年月日・電話番号・日程を記入して、8月19日(月)まで(必着)に東保健センター「育児教室」係へ(返信用の住所・氏名を記入してください)
	9月25日(水)		
	1日目/午前9時30分～正午 2日目/午後1～4時 ※2日間1コース。2日目に託児あり。参加は1組1回。		
両親学級(土・日コース)	7月21日(日) 東保健センター	内 出産準備、もく浴実習など 対 平日に妊婦教室に参加できない平成25年9～12月に出産予定の妊婦とそのパートナー	定 20組 申 電話で東保健センターへ(予約制)
	午前9時30分～午後3時15分		
10か月児健康相談	7月31日(水) 東保健センター	内 身長・体重の測定、発達・育児・歯・食事の相談 対 平成24年9月の出生児 持 母子健康手帳、おむつ、バスタオル	申 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		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
健診結果説明会	8月5日(月) 大石公民館	内 保健師・栄養士による健康相談 対 健診結果、生活習慣病予防に関心のある人	定 人数が多い場合、個別相談は先着20人
	受け付け/午前9時30分～同45分		
健康ライフ応援相談	7月17日(水) 西保健センター	内 保健師・栄養士などによる個別相談 対 健診結果、生活習慣病予防に関心のある人	定 5人 申 電話で西保健センターへ(予約制)
	午後1時～2時20分		
運動教室	7月22日(月) 西保健センター	内 メタボ予防のための運動指導 対 40～64歳の人 ※現在治療中の人は医師の許可が必要です。	定 20人 申 電話で西保健センターへ(予約制)
	8月7日(水)		
	午後1時30分～3時30分		
統合失調症の家族サロン	7月19日(金) 西保健センター	内 共通の悩みを持つ家族の話し合い 対 統合失調症患者の家族	申 当日、直接会場へ
	午後1時30分～3時		
精神科医師によるこころの健康相談	7月18日(木) 西保健センター	内 保健師・精神科医師による面接相談 対 精神面で心配がある人と家族	定 3組 申 電話で西保健センターへ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
	午後1～3時		
臨床心理士によるこころの悩み相談	7月25日(木) 西保健センター	内 臨床心理士・保健師による面接相談 対 対人関係に悩んでいる、眠れないなどのこころの悩みを抱えている人	定 4組 申 電話で西保健センターへ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
	8月8日(木)		
	午前9時～午後4時		
集団検診 各種健康診査	胃がん/肺がんセット検診、乳がん検診、成人歯科健康診査、20～30歳代ヘルスチェックの申し込みを受け付けています。日程・申し込み方法など、詳しくは『平成25年度上尾市健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。		
個別検診	大腸がん・子宮がん・前立腺がん・骨粗しょう症・肝炎ウイルス(B型・C型)検診の実施期間は5～11月です。対象者には4月下旬に受診券を郵送しました。詳しくは『平成25年度上尾市健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。		