

保健センター通信

~随時、保健師を募集しています。詳しくは市ホームページ(<http://www.city.niiza.lg.jp>)をご覧ください~

〒352-0024 道場2-14-4
☎048-481-2211
FAX048-481-2215

●場所・申込先が掲載されているものは保健センター
●費用の掲載がないものは無料

11月の乳幼児健康診査

健診名(対象)	日にち・場所
3~4か月児 (平成29年7月生まれ)	7日(火) 21日(火)
9~10か月児 (平成29年1月生まれ)	10日(金) 24日(金)
1歳6か月児 (平成28年4月生まれ)	8日(火) 22日(火)
3歳児 (平成26年7月生まれ)	1日(火) 15日(火)

※対象者には事前に案内を郵送します。
※保健センター、市民会館

ご存じですか? 乳幼児突然死症候群(SIDS)

乳幼児突然死症候群とは、それまで元気だった乳児が事故や窒息ではなく、眠っている間に突然死亡する原因不明の病気です。生後2か月から6か月の乳児に多く、まれに1歳以上でも発症します。次の3点に留意することで発症率が低下しますので、気を付けましょう。①『うつぶせ寝』は避ける。②乳児の周囲で喫煙しない。③できるだけ『母乳』で育てる。

母と子のつどい

①11月7日(火)・②22日(火)・③12月5日(火)・④12日(火)、午前10時~11時30分 場
①・③栗原ふれあいの家※公共交通機関をご利用ください。②中央公民館、④野火止中集会所 対 4か月から3歳くらいまでの子どもと保護者、妊婦 対 ②30組・申込順、④20組・申込順 内 ①落ち葉遊び、②応急処置講習会、③・④クリスマス会 主催 新座市母子愛育会 ①・③当日直接受付、②・④11月1日(火)から電話で

助産師相談をご利用ください

乳幼児相談日(乳幼児健康カレンダー参照) 対 妊産婦 内 助産師による母乳育児相談(乳房マッサージはありません)や産後の母の体調などについての個別相談※要予約 窓口又は電話で随时

赤ちゃん訪問事業

市では、生後4か月までの赤ちゃんがいる家庭に保健師などが訪問し、育児相談、母子健康サービスなどの案内をしています。※お誕生連絡票は、市ホームページから申請できます。



ひきこもり専門相談

毎月第2木曜日、午後 場 朝霞保健所 対 朝霞保健所管内(新座市は全域が該当)在住のひきこもりに悩む本人及び家族 内 臨床心理士による相談申・問電話で朝霞保健所保健予防推進担当(☎048-461-0468)へ※完全予約制

献血



○畠中公民館／11月17日(金)、午後2時30分~4時 主催 畠中献血会
○市役所／11月22日(火)、午後1時~4時 主催 大和田婦人会

肝炎ウイルス検診

12月31日(日)まで 場 指定医療機関(成人健康カレンダー・市ホームページ参照) 対 市に住民登録があり、①今年度に満40歳になる方、②41歳以上の方で、一度も肝炎ウイルス検診を受けたことのない方 対 無料(公費負担は1回まで) 窓口又は電話で各医療機関へ

埼玉県では救急電話相談を24時間体制で実施

急な病気やけがによる医療機関の受診を迷った際は、お気軽にご利用ください。

■電話番号

☎#7119(プッシュ回線、ひかり電話、携帯電話)
☎048-824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHS)

※以下の番号でも相談できます。

○大人の救急電話相談 ☎#7000
○小児救急電話相談 ☎#8000又は ☎048-833-7911

11月の日曜日に診療実施の接骨院

日	接骨院名	住所・電話
5日	関口接骨院	☎048-481-5361 野火止5-1-41
12日	いちご整骨院	☎048-482-3106 野火止6-20-48
19日	新座みづばち整骨院	☎048-424-3821 馬場4-8-38
26日	さくらBBC整骨院	☎048-424-3804 東北2-34-9-102

※受付時間：午前9時~正午

11月8日は「いい歯の日」 ~成人歯科健診を受けてみませんか~

平成30年2月28日(木)まで 場 指定医療機関(市ホームページ参照) 対 市に住民登録があり、今年度に40歳以上の5歳刻みの節目年齢になる方 対 無料(重複受診は対象外) 窓口又は電話で各医療機関へ

離職中の看護職の方は届出が必要です

法改正により、看護職の資格をお持ちで就業していない方は、県ナースセンターへの届出が必要になりました。転居や出産育児などで離職した方は届出をお願いします。届出・問合せ 埼玉県看護協会ホームページの「とどけるん」のページから入力による届出又は埼玉県ナースセンター(☎048-620-7339)へ

県の不妊に関する相談窓口のご案内

相談は無料です。お気軽にご連絡ください。朝霞保健所(☎048-461-0468)でも不妊を含む女性の健康に関する相談をお受けしています。

○不妊専門相談センター

(☎049-228-3674)で予約

毎週火曜・金曜日、午後4時~5時 場 埼玉医科大学総合医療センター 内 専門医が面談形式で相談にお応えします。

○不妊・不育症・妊娠サポートダイヤル

(☎048-799-3613)

毎週月曜・金曜日=午前10時~午後3時、第1・第3土曜日=午前11時~午後3時、午後4時~7時 内 助産師が電話でお話を伺います。

11月の休日に診療実施の医療機関(午前10時~午後4時)

※市外局番は048です。

日	場所	診療所名	科 目	電 話	場所	診療所名	科 目	電 話
3日(金・祝)	志木	福島脳神経外科・内科クリニック	脳外・神内 内	474-3000	和光	佐々木眼科医院	眼	467-0071
5日(日)	新座	大塚産婦人科医院	産婦・小	479-7802	新座	新座駅前耳鼻咽喉科	耳・アレ	458-0390
12日(日)	志木	志木北口クリニック	心内・精神	471-2661	新座	城西内科クリニック	内・呼内 糖内	042-421-9321
19日(日)	新座	平山クリニック	内・小アレ	480-0248	新座	清水医院	内・外循内・皮	476-2111
23日(木)	朝霞	北朝霞整形外科	整外・内リウ・リハ	474-7711	和光	和光クリニック	内・アレリウ	468-2115
26日(日)	志木	志木ホームクリニック	内・小	487-1255	新座	中島眼科	眼	479-1313

●救急医療問合せ：埼玉県救急医療情報センター(☎048-824-4199)

●小児救急電話相談：☎048-833-7911(#8000) 24時間対応

●大人の救急電話相談：☎048-824-4199(#7000) 24時間対応

●精神科救急電話相談：埼玉県精神科救急情報センター(☎048-723-8699)

長引く咳

朝霞地区医師会
釣木澤 尚美



☎048-464-4666

【長引く咳嗽の分類】

本邦の「咳嗽に関するガイドライン」では、長引く咳(咳嗽)は咳嗽の持続する時間によって分類されています。咳嗽の持続する期間が、①3週間未満を急性咳嗽、②3週間以上8週間未満を遷延性咳嗽、③8週間以上を慢性咳嗽の3つに分類されています。(文献)

急性咳嗽の原因疾患で最も頻度が多いのはウイルス感染症ですが、風邪、感冒、上気道炎、急性気管支炎などの診断名やインフルエンザの病態がこれに当たります。

遷延性咳嗽では、ウイルス感染症による気管支炎が長引く感染性咳嗽が多いと考えられています。感染性咳嗽には現在も原因となる微生物が気管支の粘膜で活動している活動性感染性咳嗽と、原因となる微生物は気管支からはいな

くなっている又はわずかに残っているだけで気管支の粘膜が正常に戻りつつある状態である感染後咳嗽があります。

慢性咳嗽では感染症が原因となる頻度は少なくなりますが、感染症としてはマイコプラズマ感染症、百日咳などがあります。感染症ではない疾患としては喘息、アレルギー性鼻炎、副鼻腔気管支症候群、逆流性食道炎、感染後咳嗽、慢性気管支炎、通年性喉頭アレルギー、後鼻漏による慢性咳嗽、気管支異物、薬物、心因咳嗽などの多彩な疾患が挙げられます。

【慢性咳嗽の診断】

1. 感染症によるもの

マイコプラズマ感染症では血液中のマイコプラズマの抗体価を調べます。急性期で特別高い場合はその時点での診断がつきますが、多くの場合は急性期には血液中の抗体価が上がっていなことがあります。2~4週間後に再度血液を採取し、急性期と比較して4倍以上に上昇しているかを確認することが推奨されています。百日咳も同様に血液中の抗体価が高い

か、あるいは経過中に再度測定し、4倍以上に上昇しているかを確認します。

2. 感染症によらないもの

問診により明確な誘発因子(例えば薬剤、喫煙など)がある場合は、それらを中止して咳嗽が改善するかを診ます。咳嗽以外に喘鳴などの他の症状がある場合、聴診で異常音が聴かれる場合は、喘息などが疑われますので、それに対する検査や治療を進めます。

問診や聴診、胸部X線で所見がない場合は喀痰検査を行います。喀痰検査の結果から副鼻腔気管支症候群を考える場合には、それに有効性があるマクロライド系抗菌薬を8週間使用し、効果が認められれば診断を確定します。

喀痰がない場合は以下の3つの疾患を考えます。
①咳喘息：問診で症状の季節性や夜間～明け方に強い咳嗽であるなど特徴的な症状を確認します。喘息の治療薬である気管支拡張薬を投与し、咳嗽が改善するか、呼吸機能検査の変化などを確認して

診断します。

②逆流性食道炎：問診で胸やけ、咽喉頭違和感、咳嗽の食後の悪化があるかを確認します。

③感染後咳嗽：問診で感冒症状以降の発症であるか、自然軽快傾向があるか、他の咳嗽の原因がないかを確認します。

①は吸入ステロイド薬を、②は制酸作用のあるプロトンポンプ阻害薬という薬剤を8週間使用し、③は必要に応じて対症療法を2週間行い、改善が認められれば臨床診断を確定します。

【咳嗽治療の原則】

咳嗽の治療は原因疾患が咳喘息以外の場合は、咳嗽が消失した後は治療薬を徐々に減量・中止します。咳喘息では数年以内に約30%が気管支喘息に移行するため、吸入ステロイド薬による維持療法を2年間程度は実施することが推奨されています。

文献

社団法人日本呼吸器学会「咳嗽に関するガイドライン第2版」(2012年5月)