

5月の休日診療

Table with 3 columns: 診療時間, 内科・小児科(昼間/準夜), 歯科休日診療. Rows list dates from 1st to 29th with corresponding clinic locations and hours.

5月の乳幼児健康診査

Table with 5 columns: 健診内容, 対象, 健診日, 受付場所・時間, 備考. Rows list health checkups for 3, 6, 9 months, 1 year 6 months, and 3 years.

5月の予防接種

Table with 4 columns: 種別, 期日, 通知対象, 備考. Rows include BCG and Polio vaccinations with dates and details.

にせ都保健所職員からの電話にご注意を!

最近、東京都保健所職員の名前を騙り、「従業員名簿を送ってほしい。」などの電話がかけられています。保健所からこのような電話をすることはありませんので、十分にご注意ください。

健康に関するアンケートにご協力

市民が健康でいきいきと暮らせるまちづくりをめざして、健康づくり計画を策定いたします。このために、健康状況や生活習慣、健康づくりに対する意識などのアンケート調査を行います。



広報ふっさ 3月15日号 4面

成人健康診査等予定表の訂正について

「胃がん検診」「肺がん検診」の申込み方法欄「5・8・12・2月」は「5・8・11・2月」の誤りです。お詫びして訂正します。

保健ガイド

保健センター 552-0061

- ◆健康相談②③のみ予約制
①5月12日、19日、26日の木曜日午前9時30分～11時
市役所1階ロビー
相談員 保健師・栄養士
②5月11日(水)午後1時30分～2時30分・熊川中央会館
相談員 医師(外科)・保健師・栄養士
③5月26日(木)午後1時30分～3時・中央図書館
相談員 保健師・栄養士
◆育児相談(申込み不要)
①5月6日(金)午後1時30分～2時30分・福祉センター
②5月18日(水)午前9時30分～10時30分・保健センター
対象 7か月児からの幼児
内容 身体測定・育児相談
相談員 保健師・助産師・栄養士

- ◆子育て教室(予約制)
5月27日(金)午後1時30分～3時30分・福祉センター
対象 6か月児までの乳児
内容 子育てのお話とお母さんの健康のことなどと相談
講師 助産師・保健師
◆離乳食教室(予約制)
5月11日(水)午前10時～11時30分・保健センター
内容 離乳食の作り方、進め方(試食あり) 講師 栄養士・保健師(定員) 14組
申込み 5月6日までに電話で保健センターへ。
◆母親学級全4回です!
5月12日、19日、26日、6月2日の各木曜日午後1時～4時・保健センター
内容 妊娠中の健康管理や出産、新生児の保育など
申込み 保健センターへ。
◆歯科健康診査
5月18日(水)午後1時～2時(受付)・保健センター
対象 4歳未満
申込み 前日午前中までに保健センターへ。
※2歳児歯科健診も同時に実施(申込み不要)
対象 平成15年5月生まれ
◆各種検診のお知らせ
①基本健康診査
今年から対象者が40歳以上の方になりました。
対象 市内在住の40歳～64歳(平成17年4月1日現在)までの方 受診方法 基本健康診査実施のお知らせ兼受診券(4月中旬までに対象者に個別に通知します)を持って市内医療機関で受診してください。
②肝炎ウイルス検査
対象 市内在住の40・45・50・55・60歳(平成17年4月1日現在)までの方 受診方法 お知らせ兼受診券(4月中旬までに対象者に個別に通知します)を持って基本健康診査と一緒に受診してください。
③大腸がん検診
35歳～39歳の方も受診できます。
対象 市内にお住まいの35歳～64歳(平成17年4月1日現在)までの方 受診方法 35歳～39歳の方は、直接医療機関へ申し込み。40歳～64歳の方は基本健康診査と一緒に受診してください。
④⑤とも、実施期間5月1日(日)～7月31日(日)。受診の結果、治療が必要な場合は自己負担となります。
※65歳以上の方は、9月1日～10月31日の間に行います。
問合せ 保健センター

医師会だより

以前から動脈硬化の発症、進展にLDL-C、コレステロール(LDL-C、悪玉コレステロール)高値が深く関わっていることが知られていましたが、それだけではすべての動脈硬化を説明できない。例えばLDL-Cの高くない冠動脈疾患があることが論議されてきました。
そのような中、1988年に糖代謝異常や、高血圧、脂質代謝異常などを同時に持った人たちの中に、LDL-Cがそれほど高くないにも関わらず、動脈硬化を起しやすい人たちがいることを見つけた。この病態をメタボリックシンドロームと呼んでいます。
メタボリックシンドロームは基礎にインスリン抵抗性を促進します。
発症メカニズムとしてインスリン抵抗性と内臓脂肪型肥満が大きく関与しています。内臓脂肪型肥満では門脈へ行く脂肪酸が非常に高くなり、このため肝臓でインスリン抵抗性が引き起こされることが分かっています。また、肝臓で合成される脂質(VLDL)が多くなり高中性脂肪、低HDL-Cを促進します。
しかしこれらのことが原因のすべてではなく患者さんの遺伝形式、運動や食事などの環境因子が加わって発症する複合型遺伝形質であると考えられています。
メタボリックシンドロームの背景にはインスリン抵抗性と内臓脂肪型肥満があるため、その治療には運動が特に重要です。運動処方を行い肥満、及びインスリン抵抗性を改善させ脂質代謝異常を改善するといった方向で治療を行います。また食事療法でエネルギーの摂取制限をして内臓脂肪型肥満を予防することも大事です。
このようにメタボリックシンドロームはよく言われる生活習慣病と考えられて治療を行います。
文責 桂川医師
問合せ 保健センター