

# おしえて

## ドクター

No.19 熱が高い！のどが痛い！鼻がつまる！  
アデノウイルス感染症かもしれない

数えきれないほどの小児のウイルス感染症の中で、迅速検査（短時間にウイルスや細菌などを検出することができる検査のこと）が存在するものはいくつかあり、アデノウイルス感染症もそのひとつです。高熱が続いてのどが痛くなり、鼻づまりもある、そんなとき病院でみてもらうと、白い膿のようなものが扁桃腺についていることがあります。

綿棒でのどをこすってアデノウイルスの迅速検査をし、陽性であればアデノウイルス扁桃炎の診断となります。他にも目が充血する流行性角結膜炎、のどと目が赤くなり熱が出るプール熱、肺炎、胃腸炎、出血性膀胱炎の一部もアデノウイルスが原因です。

多彩な症状を示しますが、それぞれウイルスの型が違っていていることが多く何かも同時におこるといっわけではありません。迅速検査ではウイルスの抗原を検出する

今月のドクター  
曾我 かおり 医師



桑名東医療センター  
小児科部長

のですが、この検査は完璧ではありません。検査して陰性でも実はアデノウイルスだったということもあります。治療は、ウイルスをやっつける薬を使用するわけではないので、その結果で治療が大きく変わるわけではありません。

免疫が正常なら、通常は自然に治りますが、脱水があれば点滴などの治療をすることもあります。ウイルスですので抗生物質は効果がありません。アデノウイルス感染症と診断されたら、自宅で安静にし、脱水にならないように気をつけましょう。医師の許可がでるまでは、学校、幼稚園などには行かないようにしましょう。通常はそれほど重症化しませんのであまり心配しなくて大丈夫です。

桑名東医療センター  
お問い合わせは  
22-1211 FAX 22-9498

# 健康ノート

## 7月は熱中症予防強化月間です

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をさします。熱中症は、誰にでも起こる可能性があります。一人ひとりが正しい知識を持ち、次のポイントに気をつけて熱中症を予防しましょう。

- 室内では室温をこまめに確認し、扇風機やエアコンで湿度を調節する。
- すだれや打ち水を利用する。
- 外出時には日傘や帽子を着用する。日陰を利用し、こまめな休憩をとる。
- 炎天下の外出はできるだけ控える。
- 身体の蓄熱を避けるために通気性、吸湿性、速乾性のある衣類を着用する。
- 保冷剤、水、冷たいタオルなどで体を冷やす。こまめに水分を補給する。
- 室内、外出時に限らず、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をする。
- 熱中症を疑う症状
  - 軽症 めまい、立ちくらみ、筋肉痛、汗が止まらない
  - 中度 頭痛、吐き気、体がだるい、虚脱感
  - 重度 意識がない、けいれん、高熱、言動がおかしい、まっすぐ歩けないなど



問 中央保健センター (☎ 24-1182 FAX 24-3032)

土日祝日(昼間・夜間)に病気になったら

## 救急 + 医療

夜間・休日に急病になった時は、診療可能な病院を24時間体制で案内します。  
※案内を受けた後、医療機関に問い合わせからお出かけください。  
パソコンによるご案内(医療ネットみえ)  
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>  
携帯電話によるご案内  
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>  
音声によるご案内(無料)  
☎0800-100-1199  
救急医療情報センター  
☎23-1199

24時間  
無料  
受付

くわな健康・医療相談  
ダイヤル24  
☎0120-149-107

### 土曜夜間・休日は応急診療所

電話は診療時間内をお願いします。  
〔診療科目〕 内科、小児科

日曜・祝日 午前9時30分～正午  
午後1時～4時  
土曜夜間 午後8時～10時



日曜・祝日の午後5時～10時は、  
当番医療機関へ 事前に医療機関へ電話してください。

2日(日)	山崎病院	☎ 22-0983
9日(日)	青木内科	☎ 22-1111
16日(日)	桑名病院	☎ 22-0460
17日(祝)	青木内科	☎ 22-1111
23日(日)	山崎病院	☎ 22-0983
30日(日)	桑名病院	☎ 22-0460

# すこやか情報局

お問い合わせ・申し込みは

中央保健センター ☎24-1182 FAX24-3032

## 親子食育料理教室

**とき** 7月26日(水) 午前9時30分～午後0時30分  
**場所** 多度すこやかセンター **講師** 食生活改善推進員  
**対象** 小学生とその保護者  
**定員** 親子で30人(先着順) **料金** 1人500円  
**申込期間** 7月7日(金)～19日(水)  
**申込** 電話で、中央保健センターへ。

## おいしく食べよう会

**とき** 7月27日(木) 午前10時～午後1時  
**場所** 長島福祉健康センター **対象** 65歳以上の人  
**定員** 20人(先着順) **料金** 500円  
**申込期間** 7月7日(金)～7月19日(水)  
**申込** 電話で、中央保健センターへ。

## がん検診を実施しています

①個別大腸がん検診 ②個別子宮がん検診③無料クーポンによるがん検診(女性のみ)  
**実施期間** ①②:7月1日(土)～11月30日(木)、③:7月1日(土)～平成30年1月31日(水)  
**対象** ①40歳以上(昭和53年3月31日以前の生まれ)の人 ②20歳以上(平成10年3月31日以前の生まれの人) ③対象となる人には6月下旬にクーポン券を送付しています。

## + 献血にご協力ください +

**とき** 7月12日(水) 午前9時30分～11時30分  
**場所** 市役所

## 桑名いきいき体操のつどい

**とき** 7月5日(水)・14日(金)・19日(水)・28日(金)  
いずれも午前9時30分～10時  
**場所** 中央保健センター **料金** 無料 **申込** 不要

## 健康診査のご案内

①特定健康診査②後期高齢者健康診査③健康増進法健康診査を受けましょう!

**実施期間** 7月1日(土)～11月30日(木)

**対象** ①桑名市国民健康保険に加入の昭和17年9月1日～昭和53年3月31日生まれの人 ②後期高齢者医療制度に加入の昭和17年8月31日以前生まれの人(65歳以上で後期高齢者医療制度に加入の人も含みます) ③医療保険に未加入の昭和53年3月31日以前生まれの人  
▷対象となる人には6月下旬に受診券を送付しています。

## 65歳以上の人の肺がん検診追加募集

**対象** 市に住民票のある人で6月下旬に送付された結核検診受診券の下部に「肺がん検診は申込済です(申込不要)」と記載のない人。または平成29年5月以降に市に転入した昭和28年3月31日以前生まれの人

**とき** 9月 **場所** 公民館など **申込期限** 7月14日(金)

**申込** 3月号広報同時配布の「検(健)診受け方ガイド」付属の集団検診申込書に記入し、郵送または受付窓口へ提出。(申込書は各受付窓口にもあります)

**受付窓口** 中央保健センター、各総合支所住民福祉課、各地区市民センター、サンファーレサテライトオフィス

## 歯医者さんで、定期的に **歯周病** のチェックを行いましょ！

### 歯周病ってなに？

歯垢の中の歯周病菌が歯ぐきに炎症を起こす細菌性感染症で、進行すると歯を支える骨が破壊され歯が抜けてしまう怖い病気です。歯周病は、心筋梗塞や脳梗塞、糖尿病など全身の病気の悪化につながることも分かっており、妊婦の人では低出生体重児や早産のリスクを高めると言われています。

### 桑名市歯周疾患検診

市では、桑名市歯科医師会の協力のもと、40歳・50歳・60歳・70歳の人を対象に、「歯周疾患検診」を実施します。検診で、今の歯の健康状態を知るとともに、歯医者さんで定期的にチェックする習慣をもちましょ！

**対象** 40歳(昭和51年4月2日～昭和52年4月1日)、50歳(昭和41年4月2日～昭和42年4月1日)、60歳(昭和31年4月2日～昭和32年4月1日)、70歳(昭和21年4月2日～昭和22年4月1日)

**実施期間** 7月1日(土)～平成30年1月31日(水)

▷実施最終月は、医療機関の混雑が予想されます。早めの受診をおすすめします。

**申込** 40歳の方は6月下旬ごろ、検診に必要な書類を個別郵送します。(申し込み不要)

50・60・70歳の方は電話で、中央保健センターへ。後日、検診に必要な書類を送付します。

▷検診に必要な書類が手元に届き次第、各自、指定医療機関へご予約ください。

**受診費用** 300円 **受診場所** 実施医療機関(個別郵送時に同封)