

# おしえて

## ドクター

No.56  
その症状、膠原病かも

今月のドクター

小寺 仁 医師



総合医療センター  
膠原病リウマチ内科医長

「手足が痛い」、そのようなことは、まれではないと思います。しかし、それが数日で治らず、数週間以上持続するような場合は注意が必要であり、何らかの病気の可能性も出てきます。そこに「皮疹」「微熱」「しびれ」などの症状を伴うと、「膠原病」と呼ばれる疾患の可能性が高くなってきます。「膠原病」とは、関節・筋肉・皮膚などの結合組織と呼ばれる部分の炎症や変性を来す疾患の総称です。「関節リウマチ」が最も頻度が高い疾患ですが、「全身性エリテマトーデス」「全身性強皮症」「多発性筋炎」「ペーチェット病」など多くの疾患があります。症状も全身性に多岐にわたるため、多くの医療機関を受診の末に膠原病と分かることもあり、診断までに時間を要することも少なくありません。

基本的には自己免疫疾患であり、血液検査などが診断の参考になります。ただし、健康診断や生活習慣病で行うような血液検査では診断できず、「どの項目を検査するか」の判断が重要になります。膠原病内科では病歴や身体所見を参考に、適切な検査を

行い、早期診断を心掛けています。「膠原病」の治療は近年飛躍的に進歩しています。かつては、痛み止めやステロイドでの「症状を紛らわせる治療」が中心であり、結果として「関節が壊れる」「腎臓が障害される」など、元に戻せない臓器障害が残ることも少なくありませんでした。しかし、幸いなことに現在では、病気の勢いを根本から抑えることができる薬剤が多く使えるようになってきました。そのため、適切に診断され、早期に治療が開始されると、病気を発症する前と同じような日常生活を過ごせる人も増えていきます。

「膠原病」には、20〜40歳代と比較的若い年代で起こる疾患も少なくありません。まずは「膠原病かもしれない」と疑ってみることが適切な診断への第一歩です。症状が持続する場合は、まずはかかりつけ医の先生に相談し、膠原病内科受診の必要性を検討することをおすすめします。

お問い合わせは  
総合医療センター  
☎22-11211 FAX22-19498

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  
☎059-229-1199

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7時30分～9時30分

ヤマモリ体育館  
国道1号  
市役所

応急診療所  
(ふれあいプラザ内)  
☎21-9916

小児科については、担当医の専門性により対応年齢が異なります。事前に電話で確認してください。

### 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。

6日(日)	青木内科	☎22-1111
13日(日)	桑名病院	☎22-0460
20日(日)	青木内科	☎22-1111
21日(祝)	桑名病院	☎22-0460
22日(祝)	青木病院	☎22-1111
27日(日)	桑名病院	☎22-0460

### 育児相談

保健師に乳幼児の発達や発育などについて相談したり、管理栄養士に栄養に関する相談ができます。

とき 9月18日(金) 午前10時～11時  
場所 くわなメディアライヴ  
持物 母子健康手帳、バスタオル  
▷感染症拡大防止のため、可能な範囲で少人数でお越しください。  
▷当日の朝、体温を測り、発熱がないことを確認し、マスク着用の上、ご参加ください。発熱や風邪症状などがある人はご遠慮ください。

### すくすく離乳食教室

子どもの成長時期に応じた離乳食・子育てに関する講話を行います。

とき 《初期・中期》10月6日(火) 午後1時30分～3時  
《後期・完了期》10月13日(火) 午後1時30分～2時30分  
場所 くわなメディアライヴ 料金 無料  
定員 各30人 (いずれも先着順)  
申込期間 《初期・中期》9月15日(火)～10月2日(金)  
《後期・完了期》9月15日(火)～10月9日(金)

問 子育て支援課 ☎24-1380 FAX24-5497

# すこやか情報局

お問い合わせ・申し込みは  
保健医療課 ☎24-1182 FAX24-3032

※講座などに参加する人は、参加当日に自宅で体調確認（体温測定など）をして、体調不良の場合は、参加を見合わせてください。その場合、キャンセルの連絡をお願いします。

## ゲートキーパー(メンタルパートナー)養成講座

ゲートキーパーとは悩んでいる人に気づき、声をかけ、支援につなげ、見守る人のことです。

9月10日～16日は自殺予防週間です。この機会に、あなたもこころの健康づくりについて考えてみませんか。

**とき** 9月28日(月) 午後1時30分～3時

**場所** くわなメディアライヴ

**対象** 市内在住または在勤の人

**定員** 30人

**料金** 無料

**申込** 電話または、ファクスで保健医療課へ。  
▷ファクスの場合は、「名前」「生年月日」「住所」「電話番号」「講座を知ったきっかけ」を記入してください。

**締切** 9月25日(金)

## らくらくエアロビクス

ゆったりとしたリズムで体が動かし、体力、筋力の向上をめざし、老化のスピードを緩やかにしませんか。

**とき** 10月～令和3年3月の第2・4月曜日(全12回)  
午後1時～2時

**場所** 多度体育センター **講師** 水谷 美由紀さん

**対象** 一般・シニア **定員** 8人(先着順)

**料金** 10,000円(全12回分)

**申込** 直接または、電話、ファクスで多度体育センターへ

**開始** 9月5日(土) 午前9時から

**問** 多度体育センター (☎49-3515 FAX49-3516)

## 「なるほど!ザ・健診結果」説明会を開催

健診結果の意味を、保健師、管理栄養士が解説する教室です。受診しただけでなく結果の見方を知って、健康づくりに生かしませんか。

**とき** 9月29日(火) 午前9時30分～11時

**場所** くわなメディアライヴ

**対象** 今年度、特定健康診査などの健診を受診した人  
▷希望者には、教室終了後に健診結果について個別相談を受け付けます。

**定員** 30人(先着順) **料金** 無料

**持物** 今年度の健診結果、筆記用具

**申込** 電話で、保健医療課へ。

## おいしく食べよう会

**とき** ①9月24日(木) ②10月21日(水)  
いずれも午前10時～午後1時

**場所** ①くわなメディアライヴ  
②多度すこやかセンター

**対象** 65歳以上の人

**講師** 食生活改善推進員

**定員** 各15人 **料金** 500円

**持物** エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具、マスク

**申込** 電話で、保健医療課へ。

**締切** ①9月15日(火) ②10月12日(月)



## 国民健康保険証の更新のお知らせ

国民健康保険証は、10月に更新となります。今回から保険証の有効期限が7月31日までですので、ご注意ください。9月下旬には、新しい保険証を各世帯へ郵送する予定です。宛名を確認の上、開封してください。

ただし、やむを得ない事情などにより、窓口での交付を希望される場合、9月4日(金)までに保険年金室(☎24-1174)までご連絡ください。

9月14日(月)以降に保険年金室の窓口でお渡しします。

**問** 保険年金室 (☎24-1174 FAX24-1357)

✦ 献血にご協力ください ✦

**とき** 9月9日(水) 午前9時30分～11時30分

**場所** 市役所

献血にご協力いただける人には要件があります。詳細は保健医療課(☎24-1195)へ。