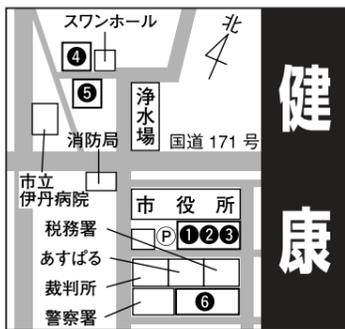


健康



市健康政策課(市保健センター)
 ①母子保健担当
 ☎784-8034 [ファクス] 784-8139
 ②健診・健康づくり担当
 ☎784-8080 [ファクス] 784-3281

休日・夜間の診療

【内科】③休日応急診療所
 ☎784-8171 [ファクス] 784-8141
 ▷土曜=18:00~21:00▷日曜、祝日=9:00~12:00/18:00~21:00

【小児科】④阪神北広域こども急病センター
 ☎770-9988 [ファクス] 770-9905
 ▷平日=19:30(診察は20:00から)~翌6:30▷土曜=14:30(診察は15:00から)~翌6:30▷日曜、祝日8:30(診察は9:00から)~翌6:30

【歯科】⑤市口腔保健センター
 ☎・[ファクス]783-0078
 ▷日曜、祝日=9:00~12:00
 (受け付けは11:30まで)

【眼科・耳鼻咽喉科】休日夜間急病診療所
 ☎06-6436-8701
 [ファクス]06-6431-9301
 (尼崎市水堂町3-15-20)
 ・眼科▷日曜、祝日=9:00~16:00
 ・耳鼻咽喉科▷土曜=18:00~20:30▷日曜、祝日=9:00~16:00
 ※休日・夜間の医療機関の案内などは、「いたみ健康・医療相談ダイヤル24」☎0120-783-990

⑥伊丹健康福祉事務所(伊丹保健所)
 ☎785-9437 [ファクス]777-4091

毎月22日は禁煙の日

スワンスワンで禁煙を!

(一財)禁煙推進学術ネットワークは、「スワンスワン(吸わん吸わん)で禁煙を!」をスローガンに、毎月22日を「禁煙の日」としています。

同日は、喫煙の害や禁煙の重要性に関する知識を普及・啓発、受動喫煙防止のための社会的な禁煙推進を活性化させることを目的として制定され、本市でも推奨しています。

喫煙は、がん、循環器疾患、呼吸器疾患、消化器疾患、歯周疾患、妊娠中の合併症、その他さまざまな病気の原因となっています。

【受動喫煙に注意】

たばこなどによる煙に含まれるさまざまな有害物質は、喫煙者が肺に直接吸い込む主流煙よりも、吸っていないときに立ち昇る副流煙に多く含まれ、副流煙と呼ぶ煙を喫煙者の周りにいる人が吸い込むことにより受動喫煙が起ります。

【喫煙は依存症です】

禁煙できないのは、ニコチン依存症(身体的依存と心理的依存)という薬物依存があるからです。喫煙は嗜好や趣味の問題ではなく、喫煙病(依存症+喫煙関連疾患)という病気です。

いたみびょういん便り

循環器内科主任部長

下山 寿

循環器内科は、血液を循環させているポンプと通り道、つまり心臓と血管を扱う内科です。胸が痛い、息苦しい、ドキドキする、足がむくんだ時など、血管が瘤になったり詰まったりした場合に対応します。

どのような病気でもそうですが、特に心臓病は早いうち



に治療ができれば元の生活ができることが多い反面、知らないままでは治療が遅れると命に関わることもあります。

ほとんどの場合は心電図やCTなどのレントゲン検査や24時間心電図、心臓超音波検査といった患者に負担の少ない検査で診断がつくため「おかしいな」と思ったらまず「は、かかりつけ医に相談してください。」

【禁煙するには?】

禁煙は自力で行うこともできますが、より効果的に禁煙するためには禁煙補助薬(医療機関で処方・薬局で購入)▽医療機関の禁煙外来(保険適用。条件あり)。

【健診・健康づくり担当】

また市保健センターで禁煙に関する相談を行っています(随時受付)。

【予防接種を受けましょう】

対象は、平成25年4月2日、26年4月1日生まれ。一人一回。まだの人は3月31日までに市内実施医療機関で接種を。無料。母子健康手帳、健康保険証、予防接種券を持参。

市外の医療機関で接種を希望する場合は、市保健センターで事前申請を。
 ①母子保健担当 ☎784・8034
 ②予防接種再接種費用を助成

【献血Web会員(ニフブラッド)】

を募集 日本赤十字社は、輸血を受ける人が安心して治療を受けられ、医療機関へ安定的に血液を供給するため年間に複数回献血に協力できる「ニフブラッド会員」を募集します。

【開業医の手作り健康情報テレビ】

開業医が作る健康・医療情報を月替わりで24時間放送しています。4月のテーマは次の通り(29日(祝)は火曜のテーマを放送)。

【月曜】急視力が落ちたら

▽火曜】子どもの自閉症▽水曜】膝に水(液)が溜まったら

▽開業医の手作り健康情報テレビ
 ホンサービス 開業医が作る健康・医療情報を月替わりで24時間放送しています。
 4月のテーマは次の通り(29日(祝)は火曜のテーマを放送)。
 ▽月曜】急視力が落ちたら
 ▽火曜】子どもの自閉症▽水曜】膝に水(液)が溜まったら

不育症 検査・治療費を助成

妊娠してもお腹の赤ちゃんが育たず流産や死産を繰り返す状態を不育症といいます。市は、不育症の検査・治療費の一部を助成します。対象は▷妻の年齢が43歳未満▷夫婦の合算所得400万円未満——の法律上の夫婦。助成内容は、下表の項目で保険適用外医療費の2分の1。今年度中の検査・治療が対象。 3月31日までに市保健センター☎784-8034へ。

一次スクリーニング	抗リン脂質抗体	抗カルジオリピンβ2グルコプロテインI (CLβ 2GP I) 複合体抗体 抗カルジオリピン(CL)IgG抗体 抗カルジオリピン(CL)IgM抗体 ループスアンチコアグラント
	夫婦染色体検査	
選択的検査	抗リン脂質抗体	抗PEIgG抗体(抗フォスファチジルエタノールアミン抗体) 抗PEIgM抗体(抗フォスファチジルエタノールアミン抗体)
	血栓性素因スクリーニング(凝固因子検査)	第Ⅻ因子活性 プロテインS活性もしくはプロテインS抗原 プロテインC活性もしくはプロテインC抗原 APTT(活性化部分トロンボプラスチン時間)
検査	絨毛染色体検査	
治療	低用量アスピリン療法 ヘパリン療法(ヘパリン在宅自己注射療法を含む)	

妊婦健康診査費 受診費用の一部を助成

市は、母子健康手帳の発行時に県内の協力医療機関・助産所で利用できる「妊婦健康診査費助成券」を交付し、受診費用の一部を助成しています。助成対象などは次の通り。

【助成対象】本市に住居登録があり、国内の医療機関、助産所で保険適用外の妊婦健診(妊娠判定検査や超音波検査のみの場合は対象外)を受けた人

【助成回数・上限】▷1万5000円券、1万3000円券=各1回▷6000円券=10回▷5000円券=2回計14回

【本市に転入した場合】市保健センターに問い合わせを

【市外に転出する場合】新住所の市区町村へ問い合わせを

償還申請で助成を受ける場合

県外医療機関で受診した場合や助成券を使用できなかった場合は、市保健センターへ申請を。後日助成金を金融機関に振り込みます。必要書類は次の通り。

▷未使用の助成券▷保険適用外の領収書原本(あれば明細書)▷母子健康手帳▷妊婦本人名義の振り込み先口座がわかるもの▷認め印

母子保健担当 ☎784-8034

市地域活動栄養士協議会

入会講座を開催

伊丹市地域活動栄養士協議会は、地域の人の健康づくりを食生活からサポートする活動を行っています。栄養士・管理栄養士で、栄養指導や講座開催など地域活動に関心がある人は参加を。

【開講式】5月25日(月)午前10時半

【内容】健康づくりや食育推進に関する講義やグループワーク、調理実習など(全8回)

【対象・定員】市内在住の栄養士・管理栄養士免許を持つ20人

【受講料】無料
 3月15日から伊丹市栄養士会地域活動栄養士協議会 ☎080-6233-9560へ。先着順。

「いたみAED使用協力応援団」として登録し、ステッカーを交付。市ホームページに掲載します。
 伊丹市健康政策課 ☎784・8080