

# 健康手帳

## せきが長引いたら

かぜやインフルエンザの流行する季節がやってきました。せきはもともと身体の防衛反応で、のどや気管に入ったウイルス、細菌、異物を体外へ出すための反射です。たんのからむ湿性咳嗽と、空せきでたんのない乾性咳嗽があり、原因も異なります。風邪であればせきも5日以内に治まるはずなので、2週間以上続くときは医療機関を受診しましょう。肺結核や肺がんなどの病気も心配されます。ほかに、1カ月以上続くせきの原因や病気には次のものがあり、注意が必要です。ぜんそく・せきぜんそく 深夜から早朝にたんの切れにくいせきや、ゼーゼー・ヒューヒューする呼吸困難があります。

アトピー性せき アレルギー体質の人やペットを飼っている人に、むせるような空せきが連続します。

後鼻漏・副鼻腔気管支症候群 鼻汁が気管に垂れ込んでせきになるもの。耳鼻科での治療が必要です。

COPD（慢性閉塞性肺疾患） たばこを吸う人に多い生活習慣病。息切れやせきも伴います。まずは禁煙が必要です。

感冒後咳嗽 マイコプラズマ・呼吸器クラミジア・百日ぜきなどに感染した後、せきだけが長引きます。

胃食道逆流症（逆流性食道炎） 寝ている間に胃酸が食道や気管に逆流するために起こり、胸やけなどがします。

また、高血圧の治療薬を服用したときに、せきが出ることもあります。原因によって治療も異なりますが、まずは手洗い・うがい・禁煙など、日ごろから心掛けましょう。

（前橋市医師会 中野 秀彦）



結核予防法が改正され、来年四月から施行されます。主な変更

### BCGの接種年齢など変更

## 健康



更点は次の二つのとおりです。  
ツベルクリン反応検査が廃止になり、直接BCG接種を行う。六カ月未満児までが対象。  
BCGは、乳幼児の重症結核を防ぐことが目的です。生後、早期に実施することで、予防が可能になるため、早めに接種しましょう。

なお、来年三月までは従来どおりです。生後三カ月から四歳未満の乳幼児で、まだツベルクリン・BCG接種の済んでいない人は早めに受けてください。  
：問い合わせは保健センター 223 8844へ。

### 健康テレホンサービス

234 4970

健康テレホンサービスの原稿検索と健康相談がインターネットで利用できます。アドレスは <http://www.raijin.com/kenko/> です。  
月曜 〓 血尿  
火曜 〓 女性のぼつこう炎  
水曜 〓 尿路結石  
木曜 〓 おしっこが出が悪い  
金曜 〓 前立腺肥大とがんの関係  
土曜 〓 最近の泌尿器科治療  
直接相談タイム 〓 医師が直接相談。12月8日（整形外科と内科）・16日（歯科）、午後7時30分～9時

## 休日当番医

夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 243-5111  
午後8時～午前0時 内科と小児科  
救急病院等案内（消防本部内） 221-0099

下表の休日当番医（市内の内科・外科・婦人科・耳鼻科・眼科のみ）の所在地が、市医師会のホームページ地図情報で検索できます。アドレスは<http://maebashi.gunma.med.or.jp/>です。また、iモードやボーダフォンライブ!などの携帯電話からもアクセスできます。アドレスは<http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/>です。

月	日	週	内科				外科		婦人科	耳鼻科	眼科
12	19日	第3日曜	中田小児科医院 大利根町一丁目（児） 251 1360	北条内科クリニック 鐘町（内） 269 5503	塩野内科クリニック 南町二丁目（内） 223 8722	木村内科医院 箱田町（内） 253 8883	東前橋整形外科 西大室町（整） 268 5777	笹本胃腸科外科医院 下小出町三丁目（外） 237 1551	宮崎産婦人科医院 朝倉町一丁目 263 1155	町井耳鼻咽喉科 文京町二丁目 221 2551	羽生田眼科医院 千代田町二丁目 232 1010
	23日	祝日	北條内科小児科医院 駒形町（内児） 266 6737	老年病研究所附属病院 大友町三丁目（内） 253 3311	吉野医院 三俣町二丁目（内） 232 3333	松沢医院 鶴が谷町（内児） 268 3826	加藤外科内科医院 朝日町一丁目（外） 243 5169	柳田整形外科医院 昭和町三丁目（整） 234 3260	斎川産婦人科医院 高崎市岩押町 027 327 0462	吉見耳鼻咽喉科医院 高崎市新紺屋町 027 326 8733	高崎眼科 高崎市栄町 027 322 5005
月	26日	第4日曜	嵯峨小児科医院 青柳町（児） 232 1188	田中内科医院 古市町一丁目（内） 251 0254	もてぎ内科医院 上増田町（内児） 266 5671	八木原内科医院 笈井町（内） 263 1315	増田整形外科医院 高花台一丁目（整） 269 6222	平井外科医院 大友町二丁目（外） 251 5803	中野産婦人科医院 国領町二丁目 233 5588	牧耳鼻咽喉科医院 総社町総社 280 5233	とくい眼科 総社町総社 290 1091

薬局（保険調剤） 日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 223-8400 ・午前9時30分～午後6時

歯科（救急） 日曜・祝日は歯科医師会館 岩神町二丁目19-9 237-3685 ・午前10時～正午、午後1時～3時

休日当番接骨院（柔道整復の施術） 12月19日 = 細野接骨院（駒形町）266 1133、田中接骨院（紅雲町一丁目）223 1366 12月23日 = 斎藤接骨院（田口町）234 9580、石崎接骨院（本町三丁目）224 1411 12月26日 = 三俣の接骨院（三俣町一丁目）235 8662、前橋東洋医学専門学校附属接骨院（新前橋町）253 1205