

休日当番医

市医師会の休日当番医が ホームページで検索できます。アドレスは
<http://maebashi.gunma.med.or.jp/>、携帯電話の場合は<http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/>です。

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

| | 2月11日 | 2月13日 | 2月20日 |
|-----|--|---------------------------------------|--------------------------------------|
| 内科 | 瀬下こどもクリニック 元総社町(児) 255-3350 | 中島小児科医院 江木町(児) 261-9299 | 栗林小児科医院 平和町二丁目(児) 231-7114 |
| | 上泉内科 上泉町(内児) 269-1682 | 吉羽内科胃腸科医院 下川町(内) 265-3877 | 遠藤内科医院 野中町(内児) 261-3711 |
| | 河内循環器クリニック 昭和町三丁目(内外) 233-3311 | 土井内科医院 野中町(内児) 261-7727 | 前橋東クリニック 下大屋町(内児) 268-2260 |
| | 青山医院 古市町(内児) 251-2861 | 殿岡内科小児科医院 天川原町(内児) 221-1599 | 前橋広瀬川クリニック 千代田町四丁目(内) 231-4101 |
| 外科 | 萩原整形外科医院 西善町(整) 266-3550 | 上毛泌尿器科記念善衆会病院 二之宮町(外泌) 268-3321 | 二子山医院 朝倉町一丁目(内外脳外) 263-1331 |
| | 込谷外科医院 岩神町四丁目(内外) 231-0366 | 加藤外科医院 文京町三丁目(外整) 221-7952 | 滝沢整形外科医院 関根町(整) 232-6502 |
| | 産婦人科 | 長島産婦人科医院 高崎市南大類町 027-352-9521 | さとレディースクリニック 表町二丁目 224-7606 |
| 耳鼻科 | 清水耳鼻咽喉科 高崎市京目町 027-353-4533 | 耳鼻咽喉科川島クリニック 西片貝町一丁目 260-1187 | つれいし耳鼻咽喉科 高崎市上小埜町 027-343-2131 |
| 眼科 | 小林眼科 高崎市南大類町 027-353-4110 | 宮久保眼科 荒牧町 234-3511 | 清水眼科医院 高崎市乗附町 027-310-8555 |
| | 勢多郡医師会 | 吉田医院 鼻毛石町 283-3375 | あべクリニック 富士見村 288-9511 |
| 歯科 | 西田整形外科医院 樋越町 280-2233 | 吉松医院 粕川町新屋 285-2273 | おない医院 樋越町 283-5755 |
| | 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 | | |
| 薬局 | 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 | | |
| 接骨院 | 滝沢接骨院 箱田町 253-6870 | 近江接骨院 広瀬町二丁目 263-8263 | 岡本接骨院 天川大鳥町三丁目 224-7873 |
| | 田代接骨院 荻窪町 269-7538 | 影山接骨院 元総社町 252-9897 | 北爪接骨院 河原浜町 283-2075 |
| | | | |



問診をする保健師

前橋保健センターで働く保健師の嘱託職員を募集しています。対象は保健師資格のある五十歳未満の人、若干人(選考)勤務先は前橋保健センター(朝日町三丁目) 申し込みは同センター

随時募ります
嘱託の保健師

健康テレホンサービス

223 8844へ
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.rain.com/kenko/>です。

- 月曜 人の骨の話
- 火曜 骨粗しょう症のメカニズム
- 水曜 骨折の予防と治療
- 木曜 女性における骨量の変化
- 金曜 ホルモン補充療法
- 土曜 骨粗しょう症の予防
- 直接相談タイム 医師が直接相談 2月9日(小児科と皮膚科)・17日(歯科) 午後7時30分～9時

危ない”いびき”に気を付けよう



疲れたり、お酒を飲んだりしたときに、いびきをかくことがあります。いびきは、空気の通り道であるのどの粘膜が振動して起こります。眠っているとき、のどの筋肉の緊張が緩み、のどが狭くなるので

す。肥満、へんとつ腺が大きい、鼻づまり、あごが小さいことなどが原因になります。いびきがひどくなると、空気を吸えなくなり、睡眠中に何度も呼吸が止まる状態に。これを睡眠時無呼吸症候群といいます。呼吸が止まると、血液中の酸素が減って脳が目覚まし、のどの筋肉を緊張させることで呼吸が再開します。通常、息が止まったままになることはありません。しかし、脳が十分な深い睡眠を得られないため、体にいろいろな障害を生じます。起床時に頭が重い、昼間も眠い、集中力が落ちる、夜中のトイレが多いなどの症状です。また心臓と血管にも負担が掛かって高血圧、心筋梗塞、不整脈、脳卒中などの原因にもなります。

最近では、昼間の眠気による運転時の事故が社会問題になっています。睡眠中に呼吸が止まる、昼間の眠気が強いなどの症状があるときは、専門医に相談してください。(前橋市医師会 川島 秀夫)