

健康手帳

虫刺され

夏が近づくと、肌を出す機会が多くなりました。この時期は「虫刺され」に悩まされます。虫刺されのかゆみは非常に強くて、皮膚を引っかいてしまい、乳幼児はすぐにトビヒになります。発汗後のスキンケアとかゆみ止めの軟こう、クリームを塗って悪化させないように注意しましょう。また、症状がひどいときには治療を受けるようにしましょう。原因となる虫の種類と症状は次のとおりです。

誰でも刺されやすいカ・ブユなど

公園、森林、山の草木、竹やぶなどで刺すのはヒトスジシマカ、オオクロヤブカ、ブユです。皮膚が赤く腫れてかゆくなります。

痛みを伴う毒ガ

チャドクガ、モンシロドクガは毒針毛を持っていて、刺されると、チクチクする痛みとかゆみが起こり、皮膚にできた赤い斑点が次第に腫れます。毒ガの幼虫はブナ科、バラ科、カキノキ科などの植物に寄生しやすく、チャドクガの幼虫はツバキ、サザンカ、サンゴジュを好みます。これらの植物の近くでは注意が必要です。

命をも奪うアシナガバチ・スズメバチ

ハチの被害はアシナガバチとスズメバチが最も多く、刺されるとすぐに赤く腫れて痛みが起こり、2～3日間腫れが続きます。ハチのアレルギー反応では呼吸困難、けいれん、じんましん、血圧低下などがあり、危険なショック状態に進むことも。日本では年に40人もの人が死亡しています。ハチに刺されたら、すぐに救急病院や専門の診療所で診察を受けましょう。

ペットに寄生するノミ・ダニ

犬ノミ、猫ノミ、ダニに刺されると、腕、足首などに小さな赤い斑点が現れます。じゅうたん、畳、ソファ、砂地などがノミの発育場所ですので、清潔にしておきましょう。

(前橋市医師会 太田 美つ子)

健康



健康体重目指して ダイエット教室



食事と運動を学び、健康体重を目指す
ダイエット教室を開催します。

日時 7月25日・8月8日、午前9時30分～正午 会場 保健

センター 対象 20歳以上 65歳未満
受診者など、先着20人 内容 保健師・栄養士の話、運動実習など 申し込み 7月24日 までに同センター 223-8844へ

健康テレホンサービス

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も利用できます。アドレスは <http://www.rajin.com/kenko/>です。

月曜 乳幼児のスキンケア
火曜 入れ歯洗浄剤
水曜 女性ホルモンのいたすら
木曜 中高年の脚力低下

前橋シティインフォメーション

FM GUNMA 86.3 MHz

毎週木曜 午後 1時16分～
毎週金曜 午前 10時17分～
4分間

前橋市ホームページアドレス

<http://www.city.maebashi.gunma.jp/>

金曜 増えているけんしょう炎
土日曜 二キビダニ
7月11日 直接相談タイム、午後7時30分～9時 医師が直接相談(小児科・眼科)

予防接種ガイド

7月のツベルクリン・BCG

16日 [18日]・17日 [19日]
午後1時30分～2時40分、保健センター
対象は3カ月～4歳未満児 []内はBCG接種
...問い合わせは保健センター 223-8844へ。

夜間急病診療所 朝日町4-9-5 243-5111
午後8時～午前0時 内科と小児科

休日当番医

月	日	週	内 科				外 科		婦人科	耳鼻科	眼 科
7月	14日	第2日曜	福山内科 東片貝町97-7 243-1380 内	富沢内科小児科医院 石倉町2-7-4 251-4779 内児	伊藤内科医院 下小出町2-49-16 232-0537 内	須田こどもクリニック 後開町406-2 265-6777 児内	外科胃腸科いざか医院 日吉町2-33-28 233-4808 外整	外科皮膚科たき医院 大利根町1-33-3 251-5101 外	矢崎医院 高崎市剣崎町1049 027-344-3511	耳鼻咽喉科古川藤子診療室 高崎市八島町222 027-322-1415	大山眼科 高崎市浜川町2237-2 027-343-7796
	20日	祝日	北條内科小児科医院 駒形町833-38 266-6737 内児	塩野内科クリニック 南町2-18-7 223-8722 内	浦野医院 平和町2-12-4 231-4038 内児	上武呼吸器科内科病院 田口町586-1 232-5000 内	あらいクリニック 元総社町848-7 253-0100 外内	中沢クリニック 若宮町4-8-18 230-1220 外泌	平野産婦人科小児科医院 広瀬町3-18-10 266-2212	町井耳鼻咽喉科 文京町2-14-6 221-2551	青木眼科医院 住吉町2-11-5 231-3707
	21日	第3日曜	村山医院 表町1-13-17 221-4643 内	斎藤医院(朝日町) 朝日町4-20-15 224-7134 内児	中島小児科医院 江木町1408-1 261-9299 児	小川内科医院 荒牧町274-7 234-3311 内	荻原整形外科医院 西善町1235 266-3550 整	金古医院 日吉町3-26-6 233-1131 外内	セトアルティスクリニック 高崎市東町80-7 027-326-7711	耳鼻咽喉科深町クリニック 高崎市上中居町153-1 027-322-8711	高山眼科駅前医院 高崎市八島町70-49 027-327-3366
薬局(保険調剤) 日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町1-2-15 223-8400 ・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2-19-9 232-2046 ・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) 7月14日 =さくら整骨院(元総社町) 255-1321、新井接骨院(粕川村) 285-4370 7月20日 =細野接骨院(駒形町) 266-1133、田中接骨院(紅雲町一丁目) 223-1366 7月21日 =斎藤接骨院(田口町) 234-9580、石崎接骨院(本町三丁目) 224-1411											