

診療室から

今回のせんせい



市立総合病院
精神科部長 高木 千浩

vol.15

不安発作 について

最近、不安発作のために精神科を受診される方が増えていきます。この不安発作とは、一体どういう病気なのか、簡単に説明したいと思います。その症状は、突如として心悸亢進（心臓がどきどきする）、息苦しい、胸が締め付けられる、目まい感、冷や汗、吐き気、身体の震え、その他の症状が出現し、しばしば「このまま死んでしまうのではないか」という恐怖を体験し、救急外来を受診されることの多いものです。

特徴として、①強い不安感に襲われるが、持続時間は数分で長くても一時間以内のことが多い。②以前に発作を起こした場所やそれに関係する場所に行くことに対する恐怖感を持つことが多い。③初回の発作の後には次の発作が来るのではないかと心配している（予期不安）などといったものがあります。鑑別されるべき疾患として、心筋梗塞、狭心症、甲

状腺機能亢進症、低血糖発作、アルコールや薬物の禁断症状などがあります。このため胸部エックス線撮影、心電図、血液検査などで、これらの疾患が除外されることが必要です。最後に治療ですが、治療は薬物療法（抗不安薬、抗うつ薬）が中心です。適切な量の内服薬を一定期間使用することにより、ほとんどの場合軽快します。また、薬物療法だけでなく、不安発作の最中に心臓が止まったり、気が狂うことは絶対無いことが理解されることも必要です。また、この病気は身体検査の結果、異常がないからといって、患者の「気のせい」などではなく、症状を起こしているときは、実際大変苦しいものです。こうしたことが家族や周囲の人にも十分理解される必要があります。基本的には治療に反応する予後の良い疾患だけに、早期に適切な治療がなされることが重要です。

保健センター・☎552010

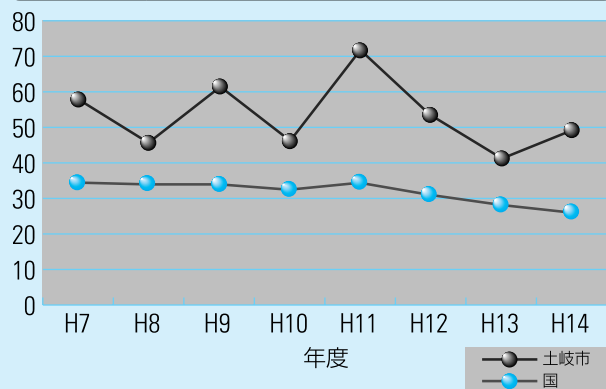
健康散歩道



その3 結核は過去の病気ではありません

わが国の結核患者数は、平成14年の人口10万人比率で25.8と、全感染症の中で上位を占めている病気です。土岐市において平成14年の罹患率は49.3であり、全国平均の1.9倍と高い値を示しています（グラフ参照）。この地域は結核にかかる方が多い地域です。年に一回は検診を受けて結核の予防に心掛けましょう。

結核罹患率の推移



家庭でできる予防法

結核は体が弱っているときに発病します。予防するためには、十分な睡眠、適度な運動、バランスのよい食事を心掛けましょう。

おかしいと思ったら…

結核の症状は、風邪に似ているので、痰が絡んだりしても「風邪をひいたな」と自己判断してしまうことがあります。2週間以上続く咳、微熱やけん怠感（だるさ）などの症状があれば、一度医療機関で受診しましょう。

土岐市では8月上旬から9月上旬までの間の25日間、各町で集団検診を行います。対象は平成元年4月1日以前に生まれた方です（勤務先・学校・病院などで受診される方・妊娠中の女性を除く）。結核検診対象者として登録されている方には、受診票を個別に通知します。受診票のない方で希望される方は、次号広報でお知らせする最寄りの会場へ直接お出かけください。



健康ガイド

保健センター（すこやか館内）からのお知らせ ☎2010

乳幼児健康相談

- 日時 ①7月26日（月） ②7月30日（金）午前10時～11時30分（26日は午後1時30分～3時実施）
- 場所 保健センター

歯科医師による歯の健診・相談

- 日時 7月30日（金）午後1時30分～2時30分
- 場所 保健センター
- ※歯みがき指導をご希望の方は、現在ご使用の歯ブラシをお持ちください。

みそ汁の塩分測定

- 日時 7月30日（金）午後1時～2時30分
- 場所 保健センター
- ※当日、朝のみそ汁の汁分だけを50ml程度お持ちください。

精神保健相談

- 日時 7月27日（火）午後1時～2時
- 場所 東濃地域保健所（多治見・☎21111）
- ・次のようなことでお悩みの方はご相談ください。必要に応じ精神科医師が相談に応じます。
- ▷子どもの場合＝不眠、不登校など
- ▷成人の場合＝不眠、意欲減退など
- ※お年寄りの痴ほう症などでお悩みの方もご相談ください。

医師による健康相談

月日	場所	受付時間
7月20日(火)	ウエルフェア土岐	13:00～14:30
7月28日(水)	白寿苑(駄知町)	
7月30日(金)	保健センター	

- 内容 血圧測定、尿検査、診察など

栄養相談

- 日時 ①7月26日（月） ②7月30日（金）午前10時～11時30分（26日は午後1時30分～3時実施）
- 場所 保健センター
- ・食生活についてお困りの方はご相談ください。栄養士が相談に応じます。

休日歯科診療

休診日における救急の歯科診療が、下記の通り開設されます。受診される際は、ご面倒でも当番歯科診療所へお問い合わせの上、お出かけください。

期日	診療時間	診療所	住所・電話
7月19日(月・祝)	午前9時～午後3時	井口歯科医院	泉町大富248-6 ☎9529

※診療日、当番歯科診療所の照会は、救急医療情報センター（☎3799）へ。

風しん予防接種（個別接種）～風しん予防接種は申し込み制です～

風しん予防接種は、下記の医療機関で個別に接種します。対象となるお子さんの保護者の方は、希望の医療機関を選び、その他必要事項を下の申込書に記入して、7月15日（木）までに保健センター、または最寄りの支所へ提出してください。FAXでも受け付けます。（FAX☎0095・保健センターあて）

接種は9月の予定ですが、日時など詳細は個別に通知します。

- 対象 平成15年8月31日以前に生まれ、今までに風しんにかかったことがなく、ワクチン未接種のお子さん
- ※接種時点で、1歳以上7歳半未満のお子さんに限ります。

医療機関	電話番号	実施曜日	受付時間
土岐市立総合病院	☎2111	月	15:00～16:00
はやし内科	☎1205	月	15:30～16:00
井筒医院	☎6906	月～土	9:00～12:00
		月・水・金	17:30～19:00
林小児科耳鼻咽喉科医院	☎6719	水・金	11:30～12:00
高井病院	☎6516	水	14:00まで受け付け
水野生々堂医院	☎6005	月～土	12:00少し前
駄知診療所	☎2101	月	15:00～
陶生堂医院	☎2171	月・水・金	15:30～16:30
安藤整形外科	☎5532	月・火・木・金	12:00受け付け（祝日・休日の前日は否）
土岐内科クリニック	☎0656	月・火・木・金	9:00～12:00
			17:00～19:00
		水・土	9:00～12:00
荒木内科小児科医院	☎3406	水・金	12:30～13:00
稲澤クリニック	☎8174	月・火・木・金	11:30～12:00
加藤外科皮膚科	☎3982	火・金	15:30～16:00
河合クリニック	☎6155	月・火・水・金	9:00～12:00
			16:00～19:00
		木・土	9:00～12:00

医療機関	電話番号	実施曜日	受付時間
加藤耳鼻咽喉科	☎3722	月～土	8:30～9:00
		月・火・水・金	15:00～15:30
熊谷医院	☎2008	月・火・水・金	10:00～12:00
		土	17:00～18:00
沢田医院	☎8288	木	10:00～12:00
			16:30～17:00
タカギクリニック	☎3959	月・火・木・金	9:00～12:00
		水・土	15:30～17:30
中島医院	☎3225	水・土	9:00～12:00
		月～金	8:30～12:00
西尾産婦人科	☎1211	第1第3土	17:00～19:00
		月・火・金・土	8:30～12:00
松井小児内科医院	☎7222	月・火・水・金	11:30～12:00
		水	15:00～15:30
		土	11:30～12:00
松本クリニック	☎0567	月・火・木・金	13:30～14:00
安川医院	☎2866	月・火・水・金	16:00～16:30
山村医院	☎2018	月～木	16:00～17:00
		火・水・金	12:00～13:00
			18:00～19:00

<きりとり線>

風しん予防接種申込書

希望医療機関名

接種を受けるお子さんの氏名	生年月日	平成	年	月	日
保護者氏名	住所	〒509-			
電話番号	☎	-			町

