

今回の担当は

診療所ドクターリレーエッセイ 「移動診療車について」



公益社団法人地域医療振興協会 執行役員
久瀬診療所 所長 いびがわ診療所 医師 横田修一

久瀬診療所、いびがわ診療所を担当しています横田修一です。今月のエッセイを担当させていただきます。今回は移動診療車についてご紹介します。新聞報道等でご存知の方もいらっしゃるかと思いますが、昨年12月に揖斐川町に移動診療車が納入されました。私の担当する久瀬地域でも4月から小津地区、日坂地区での運用開始に向けての準備を開始しています。イメージとしては移動診察室というところでしょうか？お住いの近くの公民館などが待合室に、診療車が診察室になります。

車中では診察に加え超音波検査や心電図検査を行うことができます。また血液検査や必要に応じて処置や点滴にも対応することもできます。車内にはオンライン診療の設備が整えられており、災害時等医師が直接地域に伺うことができない場合にも遠隔での診療が可能になります。導入は山間地域が中心となりますが、移動診療車に合わせて地域のサロンや健康講話などとも連携していくことを検討しています。ご興味のある方は展示会のご案内もありますので、ぜひ足をお運びください。



▲移動診療車

お問い合わせ：いびがわ診療所 Tel22-2000

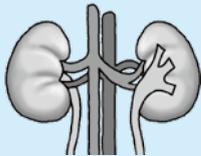
3月1日～3月31日は「自殺対策強化月間」です！

一人で悩みを抱えていませんか？3月は、40代・50代を中心とした中高年男性や長期休暇明けの18歳以下の若者の自殺が増加する傾向にあります。心のサインを感じたら、一人で悩まずに、誰にも言えない気持ちを電話で話してみることから始めませんか？

▽相談窓口▽

LINE相談窓口 こころのサポート相談 「ほっと・ぎふ」	岐阜県内にお住まいの方であれば、 どなたでもご利用いただけます。 LINEで友達登録		毎週日曜日・月曜日 各日 19時～翌3時 (最終受付 2時半)
岐阜いのちの電話	058-277-4343		毎日 19時～22時 月・水・金 12時～22時 第1・第3土曜日 8時～22時
こころのダイヤル119番	058-233-0119		平日(祝日・年末年始を除く) 10時～12時、13時～16時
岐阜県精神保健福祉センター	058-231-9724		平日(祝日・年末年始を除く) 9時～12時、13時～17時
SNS相談	厚生労働省HPより SNS相談を行っている団体一覧		年齢・性別を問わず チャット等による相談
岐阜県青少年SOSセンター	0120-247-505		24時間フリーダイヤル
24時間子供SOSダイヤル 「子供SOS24」	0120-0-78310		24時間フリーダイヤル
こども相談センター	親子のための相談 LINEで友達登録		平日(祝日・年末年始を除く) 10時～20時

揖斐川保健センター、公共施設等にリーフレット等がありますので、ご覧ください。



《3月の第2木曜日は、世界腎臓デー》

令和8年の世界腎臓デーは、3月12日(木)です。
2月～3月は「岐阜県CKD普及啓発月間」です。

慢性腎臓病 (CKD) をご存じですか？

「腎障害」か「腎機能低下」のいずれか、あるいは両方が一定期間以上続く状態のことです。

CKDは新たな国民病
とされています。



慢性腎臓病(CKD)は、初期には自覚症状がほとんどありません！

貧血、疲労感、むくみなどの症状が現れた時には進行している可能性もあります。CKDの放置により、人工透析が必要な末期腎不全や心筋梗塞や脳梗塞等の発症リスクが高まります。腎臓の機能は一度悪くなると戻ることが難しいので、予防や早期発見が大切です。

【CKDに早期に気づくために！】

- ・定期的に健診や検査を受けて、血清クレアチニン (Cr)、尿蛋白を確認しましょう。
- ・健診で異常を指摘された場合は必ず医療機関を受診しましょう。

【こんな人は要注意！】

糖尿病や高血圧は重大な危険因子です。脂質異常症、高尿酸血症、肥満、喫煙も関係があります。すでに治療をしている方は、かかりつけ医の指導を受けながら生活習慣の改善が必要です。

腎臓を守るためのポイント！

食事：塩分の摂り方に注意しましょう (3～6g/日未満)。バランスよく適量を食べましょう！

禁煙：危険因子です。まずは禁煙をしましょう。

お酒：一日当たりビール 500ml、または日本酒 1合が適量です。休肝日は必ずつくってください。

適度な運動：肥満などのリスクを予防しましょう。

生活：規則的な生活習慣を心がけ、十分な睡眠、休養をとりましょう。ストレスも大敵です。

お問い合わせ 揖斐川保健センター TEL 23-1511

3月1日から3月7日は子ども予防接種週間です！

◎麻しんおよび風しん混合予防接種は接種されましたか？

対象者 1期：1歳以上2歳未満児 2期：就学前1年間にある児

◎ジフテリア・破傷風二種混合予防接種は接種されましたか？

対象者：11歳以上13歳未満の児

まだ、予防接種を受けていないお子さんは、体調の良いときに、医療機関へ予約して接種しましょう。予診票と母子健康手帳を必ずお持ちください。予診票がない方は再発行をしますので、揖斐川保健センターまでご連絡ください。

◎任意おたふくかぜ予防接種料金助成申請はお済みですか？ ※接種後、1年以内に申請してください。

〈費用助成対象者〉1歳以上小学校就学前

〈助成回数・助成額〉1回 3,000円

◎任意インフルエンザ予防接種料金助成申請はお済みですか？ ※3月31日(火)までに申請してください。

〈費用助成対象者〉生後6か月～高校3年生相当、妊婦

〈助成回数・助成額〉1回 2,000円

【子どもの予防接種についての問い合わせ先】

揖斐川保健センター TEL 23-1511 (電話・窓口受付 8時30分～17時15分)