

7月号

病院がつくった健康情報サイト

みんなの健康塾ちゃんねる

皆様の健康維持と増進、病気の早期発見と治療に役立てて頂けるよう、「みんなの健康塾ちゃんねる」を開設しました！このポケット版では、ポケット版でしか読めない健康情報や豆知識などをご紹介します！

主催：川崎幸クリニック

川崎幸クリニック

みんなの健康塾ちゃんねる

ポケット版
神奈川地区



小児科医に聞いてみよう！

子どもの病気の話



子どもが病気になったとき、子どもは症状を上手に周囲の大人に伝えることが難しく、どうすればよいか悩む保護者の方もおられるかと思えます。

子どもの病気の特徴は、**急に症状が出る**ことが多い、**感染症が多い**、**年齢によりかかりやすい病気が異なる**、などが挙げられます。熱、咳、鼻汁、嘔吐、下痢、腹痛など色々な症状がありますが、これらは体の防御反応であり、**症状があること自体は悪くなく、調子が悪そうなのに症状がないほうが重症な場合もあります。**

夏に多い感染症



手足口病



ヘルパンギーナ



咽頭結膜熱
(プール熱)



流行性角結膜炎
(はやり目)



伝染性膿痂疹
(とびひ)

手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱（プール熱）、流行性角結膜炎（はやり目）はウイルスが原因であるため特効薬はなく、治療は症状に応じた対症療法となります。**飛沫感染、接触感染によってヒトからヒトにうつるので、予防は手洗いが基本です。**



伝染性膿痂疹（とびひ）は細菌が原因であり、多くの場合、抗生物質の内服薬と外用薬（塗り薬）が治療に使われます。**予防としては皮膚を清潔に保つ、爪を短く切っておくなどです。**

受診のめやす

医療機関受診のタイミングについて迷うことがあるかもしれません。以下の場合は**早めに受診した方がよい状態**です。

- 水分が全く取れない
- 顔色が悪い
- ぐったりしている
- 受け答えがおかしい
- 息が苦しくて眠れない
- 何かがおかしい

『何かがおかしい』
と、思ったら
受診しましょう！



熱中症にも要注意！

急に気温が高くなってくると熱中症も心配です。

おしっこの回数が少なくなる、皮膚がかさかさ、手足が冷たい、顔色が悪い、泣いても涙が出ない、ぐったりしているなど、**脱水を疑う症状がある場合、すぐに医療機関に受診しましょう！**

こまめな水分補給と適度な休息、帽子をかぶる、汗をかいたら衣服を取り替えるなど、予防に努めましょう。



(監修)
川崎幸クリニック 小児科医師 小牧 文代

パパママ必見 頼りになる！
子育て応援コンテンツ
川崎幸クリニックHPからアクセス ⇒



ポケット版は郵便でお届けします！

ポケット版のお申込み

☎ 044-542-7007 (みんなの健康塾ちゃんねる事務局)



重症肥満に対する 外科治療

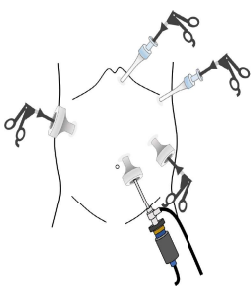
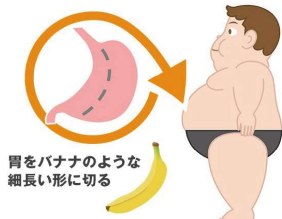
check 1 歴史が古い減量外科手術

日本ではまだ馴染みが薄いこの治療ですが、世界的には歴史が古く、現在、**世界では約68万件以上の減量外科手術**が行われています。その件数は胃がんや大腸がんよりも多いんです！

check 2 手術時間は約2時間

腹腔鏡下スリーブ状胃切除術

胃の大部分を切り取り、バナナ1本くらいの大きさにする手術です。日本では約90%がこの術式で行っています。



- ・手術時間は約2時間
- ・傷穴は約5mm~1cmと小さい
- ・術後3時間で歩行開始
- ・翌日から食事を開始
- ・術後3日の退院が見込め、早期社会復帰が可能

POINT



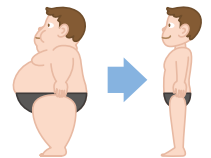
check 3 保険適応による手術

腹腔鏡下スリーブ状胃切除術は保険適応です。次の条件を満たす方が対象となります。

- ・BMI 35kg/m²以上（例：170cm、102kg）
- ・18~65歳
- ・糖尿病、高血圧、脂質異常症、睡眠時無呼吸症候群のうち、1つ以上を合併
- ・6ヶ月以上の内科的治療が無効

check 4 手術後は約40kg減量

術後は約1年で体重が約40~50kg減少します。



check 5 ダイエットとは異なる

この手術において重要な役割を果たすのが食事療法と運動療法です。術前、術後にわたって継続して行う必要があります。手術は一つのきっかけであり、生活習慣を変えていく努力が最も重要です。



【監修】
川崎幸病院／第二川崎幸クリニック
外科医師 網木 学(あみき まなぶ)

日本においてこの治療はまだ一般的なものではありませんが、これまで治療に携わるなかで、内服していた薬を飲まなくてよくなったり、体重が軽くなることで膝や腰の痛みが軽減され、気持ちが明るくなる患者さんをたくさん見てきました。

手術に踏み切れないという方も含めて、お悩みの方はぜひ一度外来にお越し頂き、詳しくお話ができればと思っています。

第二川崎幸クリニック 減量外科外来

土曜日 午前9：30~12：00

TEL：044-511-2112（予約専用）

みんなの健康塾ちゃんねるWEB版では、
動画でより詳しく網木先生が説明して
います！ぜひチェックして下さいね！



ポケット版は郵便でお届けします！

ポケット版のお申込み
☎ 044-542-7007（みんなの健康塾ちゃんねる事務局）

LINE・インスタもフォローしてね！

