

市民の健康を守る情報誌

すこやか Chiba

令和2年4月15日

編集・発行 / 一般社団法人 千葉市医師会
〒261-0001
千葉市美浜区幸町1-3-9
TEL.043-242-1090
<http://www.chiba-city-med.or.jp/>



かかりつけ医持っていますか？

「かかりつけ医」はあなたの強い味方！

みなさんは、大病院に行ってもどの診療科で診てもらおうか悩んだり、どんな先生か心配になったことはありませんか？自分の病気や健康のことを一番よく知っていてくれて、何でも気軽に相談できる「かかりつけ医」を持つことはあなたの健康を守るためにぜひとも必要なことです。はじめから大病院に行かなくても「かかりつけ医」は病院と連携を図っていますので、高度な医療や特殊な検査を要する時は一番適切な病院を紹介してくれます。また、症状が安定したら「かかりつけ医」で診てもらえます。いざというとき「かかりつけ医」はあなたの頼りになる味方となります。



編集後記

ようやく暖かい春になりましたね。さて今回は千葉市医師会の学校保健事業、関節リウマチ、アナフィラキシー、ドーピングというテーマを取り上げました。いかがでしたでしょうか？ご意見等についてはアンケートハガキで頂ければ幸いです。次号は10月に発行予定です。宜しくお願いします。
広報委員長 遠藤 溪

郵便はがき

261-8790

料金受取人払郵便



千葉市美浜区幸町 1-3-9
千葉市総合保健医療センター内

差出有効期間
2020年6月
30日まで

切手をお貼りに
なる必要はござ
いません。

千葉市医師会
「すこやかChiba」編集部 行

氏名 _____ 男・女 年令 _____ 歳
職業 _____
住所 〒 _____
Tel () _____

*千葉市医師会関係者のご応募はご遠慮下さい。



千葉市医師会は千葉市救急医療体制に参加、協力しています。下記の診療には、多くの会員の医師があたっています。

千葉市夜間応急診療 (海浜病院内)

〈住所〉美浜区磯辺3-31-1 TEL.279-3131
■診療科目 / 内科・小児科に限る ■診療日 / 年中無休
■診療時間 / 月曜日～金曜日 19:00～翌日6:00
土・日曜日、祝日、年末年始 18:00～翌日6:00

夜間外科系救急医療

テレホンガイド TEL.244-8080
■診療科目 / 外科・整形外科 ■診療時間 / 18:00～翌日6:00

夜間開院医療機関案内

テレホンサービス TEL.246-9797 でお問い合わせください。
■案内時間 / 月曜日～土曜日(祝日を除く)の17:30～19:30

休日救急診療所 (千葉市総合保健医療センター内)

〈住所〉美浜区幸町1-3-9 TEL.244-5353
■診療科目 / 内科・小児科・外科・整形外科・耳鼻咽喉科・眼科・歯科
■診療日 / 休日(日・祝日)、年末年始
■診療時間 / 9:00～17:00 ■受付時間 / 8:30～11:30、13:00～16:30

産婦人科休日緊急当番医

テレホンサービス TEL.244-0202 でお問い合わせください。
■案内時間 / 休日の8:00～17:00 ■診療時間 / 9:00～17:00

千葉県小児救急電話相談

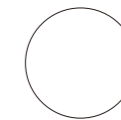
千葉県では平成17年9月から、小児救急電話相談を始めました。
■電話番号 #8000
ダイヤル回線、携帯電話、一部の地域では043-242-9939
■相談時間 / 19:00～翌日6:00
相談には看護師が応じるほか、必要な場合には小児科医師に電話転送されます。千葉市医師会の会員の小児科医も多数参加しています。

千葉市医師会立訪問看護ステーション

〈住所〉中央区神明町204 TEL.242-8281
■訪問日時 / 月曜日～金曜日 9:00～17:00
(土・日・祝祭日・年始年末・時間外の訪問については応相談)
■料 金 / 基本料金:30分518円、1時間904円、1時間30分1,239円
※介護認定区分やサービスの内容により異なります。

- 市民のための医師会 学校保健
- 気になる病気 関節リウマチ アナフィラキシー
- 暮らしと医療 ドーピング





QUESTION&ANSWER

ドーピングは他人ごと？いえ、そうではありません。

ドーピングとはどういうものですか？

スポーツの大会などで、競技力を高めるために不正に薬物を使用することを「ドーピング」と言います。ドーピングの禁止物質は、世界アンチドーピング機構(WADA)によって決定され、毎年更新されています。ドーピング検査は、オリンピックやパラリンピック、デフリンピック、ワールドカップなどスポーツの国際大会、プロスポーツリーグ、国民体育大会などで実施されています。ドーピング違反をすると、メダルや得点、賞の剥奪を含む成績の失効、出場停止、資格停止、最悪の場合、その種目から永久追放されることもあります。また、禁止物質を使用する以外に、ドーピング検査を拒否・回避することもルール違反です。※参照

ドーピングはなぜ禁止されているのですか？

ドーピングは、●選手が健康を害する恐れがあること ●フェアプレーの精神に反すること ●社会的にも悪影響を及ぼすことから禁止されています。平成30年には、「スポーツにおけるドーピングの防止活動の推進に関する法律」が施行され、国としてもドーピング防止活動に関する施策を推進しています。

参加するのが市民レベルの大会であっても、フェアプレーの精神を持つことは大切なことです。また、一般のスポーツ愛好家であっても、競技力を高めるために禁止された薬物を使用して健康被害を受けることもあります。ドーピング検査は日本を代表するようなトップアスリートに限られたものではなく、国体のように身近な大会に出場する選手も検査対象となっているため、いつ何時検査対象選手になるかは予測しづらく、日頃から注意しておく必要があります。

ドーピングの禁止物質はどんな医薬品に入っているのですか？

市販薬・処方薬ともに注意が必要です。市販薬では総合感冒薬、胃腸薬、のど飴などにも入っている恐れがあります。

特に漢方薬は構成生薬に禁止物質を含むものが多いので避けましょう。

処方薬では、様々な医薬品に禁止物質が含まれており、花粉症や風邪で受診しても禁止薬物を処方される可能性があります。目薬でも禁止物質を含む場合もあり、受診する科を問わず医師・薬剤師にドーピング検査対象者であることを伝えてください。

ドーピング検査対象者が薬を服用する場合は、必ず医師や薬剤師に相談してください。また、薬やサプリメントを服用している場合は可能な限り、商品名、成分名、服用期間、製造ロット番号等の情報を記録するようにしてください。

クロスワードでちょっと一息

クロスワードの解答



- かかりつけ医をお持ちでしょうか？
・ある…医療機関名 ()
()
・ない
- すこやかChiba(本誌)はお役に立ちましたか？
①とても参考になった ②参考になった
③どちらともいえない ④あまり参考にならなかった。
- 千葉市独自の学校保健事業があるのをご存知でしたか？
・はい ・いいえ
- 関節リウマチの初期症状をご存知でしたか？
・はい ・いいえ
- アナフィラキシーは時に命にかかわる病気をご存知でしたか？
・はい ・いいえ
- ドーピングの禁止物質が市販薬にも入っているのをご存知でしたか？
・はい ・いいえ
- すこやかChibaとホームページにご要望はございますか？

このアンケートはがきの個人情報は、千葉市医師会が責任を持って管理し、連絡の目的以外に使用することはありません。

クロスワード正解の方でアンケートにお答えの方に
抽選で下記の景品を差し上げます。

1等 クオカード(5000円) 3名様
2等 クオカード(3000円) 10名様 3等 クオカード(1000円) 50名様

※発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。※同一名で、複数枚の応募は無効になります。