

自分の健康、みんなの健康を共に考える市民情報誌

ほほえみがえし

Vol. **9**
2008 Spring
川崎市医師会



川崎市医師会による救急医療体制
“もしも”のときに
頼れるお医者さんをめざして

特定健診・特定保健指導で生活習慣病を予防しよう

●おしえて、せんせい！ Q&A

Free

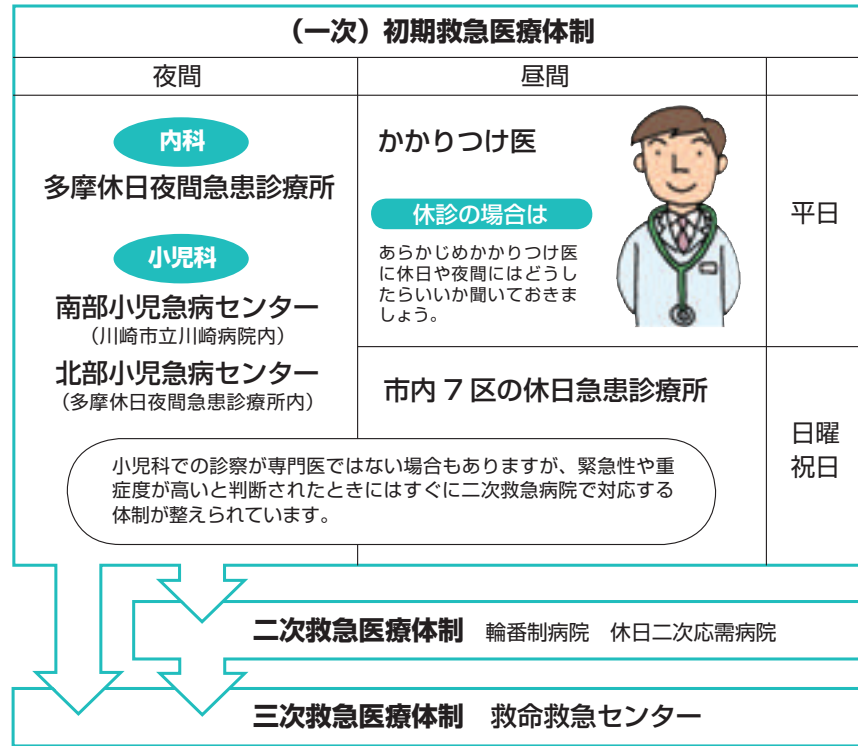
ご自由にお持ちください

もしものときに頼れるお医者さんをめざして

急な発熱、腹痛、頭痛など…休日や夜間にこんな症状になったら不安で心配ですね。そんなときに、医療を受けることができる「安心・安全なまち」を、川崎市医師会は川崎市と協力して進めています。

急病になったら

※裏表紙もご参照ください



症状が重いときは



救急車の呼び方

- ①局番なしの119番をかける。(携帯電話からかけた場合はその旨を告げ電源は入れたままで)
- ②救急か消防か聞かれるので「救急です」と答える。
- ③場所を知らせる。(町名、番地、目標物や道順など)
- ④患者の状態を伝える。(誰が、いつ、どこで、どうしたか)
- ⑤現在どうしているかを報告し、何をしたらいいか注意事項を聞く。
- ⑥救急車が到着したら、救急隊に引き継ぐ。

お願いします!

安易な119番が重症者の搬送を遅らせてしまいます!

119番の救急のうち、実は約6割が軽症者で占められています。症状が軽くても「車を運転する人がいなかったから…」 「救急のほうが早く診てもらえるから…」といった理由などで救急車を呼ぶ人がいます。そのため救急車の利用数が増え、本当に必要な人(=重症者)の搬送が遅れる傾向にあります。



救急医療はもちろん、医療が必要なきとき、いつでも受診できるようにするためには、市民のみなさんとの協力が不可欠です。みんなが自分勝手に救急医療を利用したり、安易に救急車を呼んだりすれば、救急医療体制は崩壊してしまいます。

「安心・安全なまち」をつくり、維持していくためには、市民のみなさんに医療のしくみを理解していただくことがとても大切です。

川崎市の救急医療体制は?

川崎市では、救急医療体制を一次、二次、三次と段階に分けています。まず一次の医療機関で診察を受けていただき、緊急性や重症度などが高いと診断された場合は、二次、三次の救急医療機関に対応してもらいます。

このように、患者の症状に応じた治療を確実に受けられるよう、救急医療体制は整備されています。

救急医療のコンビニ化の危険性

ところでいま、大きな問題になっているのが救急医療の「コンビニ化」です。「昼間は忙しいから」などの理由で救急医療機関を利用する人が増えています。救急医療を、いつでも治療を受けることができる、手軽で便利な(=コンビニ)医療としてとらえているのでは

救急医療とかかりつけ医

救急医療はその名の通り緊急性や重症度の高い治療を行う医療です。休日急患診療所や多摩休日夜間急患診療所などの救急医療機関では、原則的に薬の処方、1日分のみで、次の日にかかりつけ医に診てもらうことを基本と考えて治療を行っています。

一方、かかりつけ医は、日常的で継続的な治療を行う医療機関です。救急医療とかがりつけ医は、それぞれの特性をいかし役割分担することで地域医療を支えています。気軽に相談できるかかりつけ医をもち、救急医療とかがりつけ医とを上手に使い分けることが大切です。

市民の理解が「安心・安全なまち」をつくる

救急医療はもちろん、医療が必要なきとき、いつでも受診できるようにするためには、市民のみなさんとの協力が不可欠です。みんなが自分勝手に救急医療を利用したり、安易に救急車を呼んだりすれば、救急医療体制は崩壊してしまいます。

「安心・安全なまち」をつくり、維持していくためには、市民のみなさんに医療のしくみを理解していただくことがとても大切です。



こうした場合、緊急性の高い患者さんの治療を妨げてしまい、救急医療の機能を低下させてしまいます。本当に緊急のときに救急医療が受けられない…そんな状況になりかねません。

安心してできる出産をめざして妊婦は健診を受けましょう

新聞やテレビなどで、緊急性を要する妊婦の受け入れ医療機関がなく、死亡したという報道がありました。これは大変不幸な出来事ですが、理由として、出産設備のある医療機関が少ないこと、そして妊婦が「未受診」だったことがあげられています。

妊婦が健診を受けていない「未受診」では、妊婦の健康状態を知ることができません。妊婦や胎児に異常があるかどうか、感染症の有無などもわからない状態での「飛び込み」出産は、非常に難しい診療となります。

川崎市では、健やかな妊娠・出産のために、平成20年10月より、5回の妊婦健診の費用を助成いたします。母子の健康を守り、安心して出産を迎えるためにも、妊娠がわかったら、まずは医療機関で健診を受けましょう。

市民の「安心・安全」をサポート

川崎市救急医療情報センター

☎ 044-222-1919

24時間 年中無休

利用するときのお願い

- ① 筆記用具を準備して、患者名や症状、現在いるところを落ち着いてはっきり教えてください。
- ② 案内を受けた方は、紹介された医療機関に必ず行って診療を受けてください。
- ③ 緊急かつ重症で救急車が必要な方は119番に電話してください。

電話を待っている間に

- 1 症状や場所から紹介できる医療機関を検索。
- 2 適合する医療機関を見つけ、医療機関に電話をして受診可能か確認。



こんなことをお聞きします

- 氏名、年齢、住所
- かかりつけ医の有無
- 現在いるところ
- 症状は？

どうされましたか？

では、このまま電話を切らずにお待ちください！

こんなとき!!

転んだ…ここから近い病院は？

今日はかかりつけ医はお休みだわ

〇〇クリニックで受診できます。受診されますか？
電話は000-0000
場所は〇〇の近くの〇〇ビルの〇階です。



※ 歯科については歯科医師会にお問い合わせください。

より川崎市医師会が完全受託し運営しています。
利用件数は平成18年では年間約6万5000件と、この10年間で倍増しています。一日平均で見ると180件、とくに、年末年始には連日500件をこえる問い合わせがあり、もしものとき、市民の強い味方となっております。
ただ救急医療情報センターは、医療機関への橋渡しであり、「医療相談の場」ではありません。川崎市民の「安心・安全」を守るセンターとして上手にご利用ください。

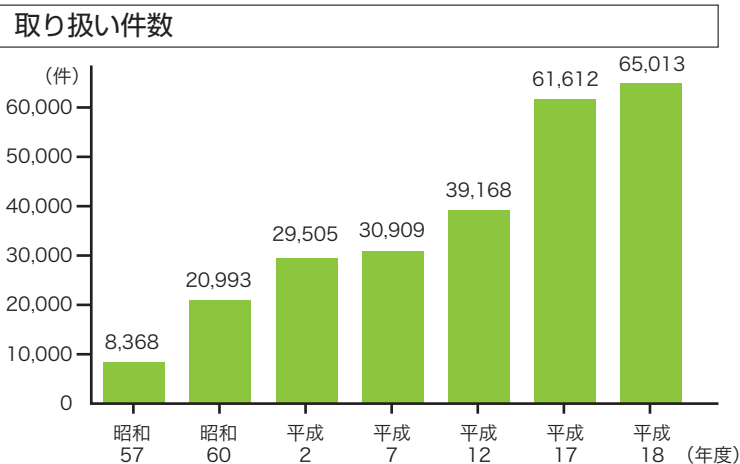
「近くで診てもらえる小児科はどこ？」「頭痛がひどい。受診できる場所は？」
救急医療情報センターは、こうした市民からの問い合わせに24時間年中無休で対応をしています。
また、救急医療情報センターでは、ただ医療機関の連絡先を教えるだけではなく、登録された市内の医療機関に直接連絡し、受診できるかを問い合わせるから紹介しますので、確実に診察を受けることができます。
市民の電話を受けるオペレーターは、さまざまな診療科の医師から定期的に研修を受けており、問い合わせの内容から適切な診療科を判断し紹介しています。

この10年間で
利用は倍増！
利用件数1日平均
180件

救急医療情報センターは、昭和57年にスタートし、平成17年からは川崎市

電話案内だけでなく
医療機関への
確実な橋渡し

受診できてよかった！



問い合わせの多い診療科と症状



市民からの問い合わせに対応するオペレーター

特定健診・特定保健指導で生活習慣病を予防しよう

特定健診・特定保健指導はメタボリックシンドロームに着目した新しい健診制度です。健診結果により、生活習慣病の危険性が高い人には、健康づくりの継続的な支援である特定保健指導が行われます。健康的な生活を送るためにも、特定健診を受診しましょう。



健診の流れ

step1

健診の案内
年に1回、医療保険者（国保、健康保険組合など。保険証に記載されています）から健診の案内（受診券など）が送られてきます。



step2

特定健診
指定医療機関で受診します。新たに加わった「腹囲測定」などで、メタボリックシンドロームのリスクを調べます。医師の判断によってはさらに詳しい検査が行われます。



step3

通知・保健指導対象者の選定
特定健診の結果が通知されます。また生活習慣を改善する必要性などから、保健指導の対象者が選ばれます。



step4

特定保健指導
生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートを行います。リスクの程度に応じて、「動機付け支援」と「積極的支援」があります（よりリスクが高い方が積極的支援）。



新しい健診にはこんなメリットが!!

- これまでの「病気を早期に発見する健診」から、いわば「生活習慣病予防のための健診」に。
- 健診後のサポートの充実により、自分に合った健康づくりが可能に。
- 健診結果を経年的にみることで、継続した健康管理ができる。
- 受診機会が少なかった被扶養者（家族の方）も健診を受けやすい体制に。

おしえて、せんせい！ Q&A

Q 「メタボ」や「うつ」など、従業員の健康が心配だ。どうかが相談する窓口はないだろうか。

A 事業主は、労働者が業務における健康上の問題が起らないよう配慮する義務があります。ただ、従業員数50人未満の職場は、産業医などを選任する義務はありません。実際に小規模な事業所が独自に産業医をお願いして従業員の健康管理を行うのは難しいものです。そこで、川崎市医師会が受託している川崎地域産業保健センターでは、こうした事業所で働く人の健康づくりを充実させ、事業所の生産性向上のために、健康相談、医師による健康管理指導などの活動を行っています。ご利用ください。



- 川崎南地域産業保健センター 044-200-0668
- 川崎北地域産業保健センター 044-829-2020

メタボリックシンドロームとは？

ベルトがきつくなるなど、内臓のまわりにつく脂肪を内臓脂肪といいます。この内臓脂肪の蓄積に加え、高血圧、高血糖、脂質異常という生活習慣病のリスクを2つ以上あわせもった状態がメタボリックシンドローム。それぞれの検査値は軽度の異常でもあわせもつことで、動脈硬化が急速に進行してしまい、日本人の死因の3割を占める心疾患と脳血管障害などを引き起こします。まだ軽度だからと放っておくのは非常に危険です。

対象者は？

40～74歳のすべての人が対象です。
※75歳以上は長寿医療制度（後期高齢者医療制度）において対応

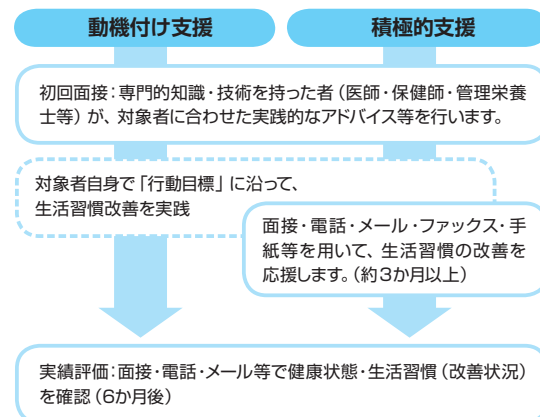
費用は？

医療保険者により異なります。

健診の検査項目は？

基本の検査項目	※医療保険者により検査項目が異なる場合があります
腹囲測定、LDL コレステロール検査が新しく加わりました	
診察など	問診、身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）、診察、血圧
血液検査（脂質）	中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール
血液検査（血糖）	空腹時血糖またはヘモグロビンA1c
血液検査（肝機能）	AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GT (γ-GTP)
検尿	尿たんぱく、尿糖

特定保健指導とは？



あとがき

今回は救急医療を中心に特集を組んでみました。連日のように救急医療問題は新聞紙上で取り上げられていますが、川崎市医師会では市民生活に安心・安全な救急医療体制を提供すべく努力しております。今回の「ほほえみがえし」は保存用としてご利用いただけたらと、編集に携わった一人として願ってやみません。