



東陽病院内科医師 鈴木 健士

健康ウォッチング

横芝町のみなさんこんにちは。今回はお家で急病の患者さんが出た時にどう対処したらよいかというお話をしたいと思います。

人間の生命にとって最も緊急を要する疾患は呼吸と循環(血液の循環)の障害であると思います。その中でも窒息は最も迅速な処置が必要なものの一つです。これからの季節はお餅を食べることが多いと思いますが、特にお年寄りはいくらでもご注意ください。もし窒息のような症状が見られたらまず背中をドンと強く叩いてみてください。手でかき出していただくのもよいですが、奥に押し込まないようにご注意ください。掃除機で吸い込む方法は必ずうまくいくとは限りませんが、何しろ緊急事態ですから試してみてください。

喘息のある方は、強い発作が起きると窒息と同じ状態になることがあります。この場合も自宅で改善させることは難しいです。ですから出来るだけ早く受診してください。(こういう場合は躊躇なく救急車をご利用ください)小さいお子さんもピーナッツなどが気管に入ったりすること

家庭で急病人が出たときは!

があります。咳き込んだり、息苦しさなどがみられたら要注意です。これは自宅ではとれませぬので早く医療機関へ。

また、お子さんが犬の鳴き声のような変な咳をしていたらご注意ください。喉頭炎という呼吸状態が急激に悪くなる病気かも知れませんが夜間であっても早めに医療機関で受診してください。

呼吸が苦しいというのは大変つらいものです。夜間であっても結構ですからまずお電話をください。

次に最もこわい病気の一つである心臓病です。一番の代表格は心筋梗塞でしょう。この病気は心臓に栄養を送っている血管が詰まって血液が届かなくなり、心臓の壁の一部が死んでしまう病気です。

血管が細くなって十分な血液が届かない状態が狭心症です。症状は胸からみぞおちのあたりの締めつけられる様な痛みが多いですが、人によって背中あたりの痛みを訴える方もいるようです。他に冷や汗、呼吸困難などを伴うことがあります。一般

には病気が起きてはすぐに心臓が止まってしまふわけではありませんが、重傷の方では1時間以内に死に至ることもあります。

他に胸からお腹の大きな動脈にこぶが出来ると大動脈瘤という病気があります。これが完全に破裂してしまふと、あつという間に死んでしまふます。しかし、ジワジワと血管の壁が破れかけるような状態で痛みを出すことがあります。この場合には胸から肩や背中に激痛が走るといわれます。

このような症状がみられたらまず安静にして、それで数分してもおさまらなければ出来るだけ早く医療機関で受診してください。また、心臓の機能が落ちていいる時は、仰向けに寝るより何かに寄りかかって座っている状態の方が楽ですので試してみてください。

今回は、脳卒中の患者についての緊急対処法をお話したいと思います。



国民年金保険料は納めましたか?

年金だより

— 今月は保険料納付促進月間です —

国民年金の納め忘れはありませんか。今年中に本人や家族のために納めた保険料は、全額平成10年分の所得税や平成11年度の住民税の社会保険料控除となり、税金が安くなります。

また、老後や万一のときの生活の支えになるのが年金です。ところが保険料の納め忘れがあると、万一の事故のときに障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられないことがあるばかりか、未納期間が長くなると将来老齢基礎年金さえ受けられなくなることもあります。

保険料は2年を過ぎると、あとから納められませんので「あのとき納めておけば…」とならないようご注意ください。

なお、保険料の納付が困難な方は年金係へご相談ください。

12月分まで納期限内に納めること



私の場合
所得控除住民税控除
税金が5,000円
安くなるわ!!