



健康せきかわ21 いきいきライフ

9月は新潟県自殺対策推進月間です

県の年間自殺者数は減少していますが、県の自殺死亡率は全国ワースト上位です。県は「みんなで守る新潟のいのち」を掲げ、県民に予防を呼びかけています。村でも、県やNPO法人「ホップステップげんき」とともに、村民の皆様は村の現状を知ってもらい、自殺防止の力にしていくための取り組みを継続しています。ご理解、ご協力をお願いします。

■新潟県こころの相談ダイヤル（毎日24時間）

ナビダイヤル なやみ なし にいがた
0570-783-025

■村や村上保健所も相談窓口です。精神疾患の医療費助成や制度等もあります。

住民福祉課 健康介護班（保健師）64-1472 村上保健所（0254）53-8369

■10月にコミュニケーション講座SSTを行います。対人関係に有効な認知行動療法を用いた講座です。詳細は後日チラシを全戸配布します。ぜひご参加ください。

～いのちと体を大切に！～

新成人へ…いのちと体の大切さを感じて、健康管理に関心を高めてもらいました。

▼アルコール体質判定パッチを腕に試す新成人



ベビー人形を抱き、20年の成長を感じる新成人▶



9月4日から9月10日は「救急医療週間」

この機会に普通救命講習会を受講してください！

9月9日は「救急の日」、9月4日から9月10日は「救急医療週間」です。

応急手当の知識や技術を身につけ、突然の事故からあなたの大切な人の命を救いましょう。

AED（自動体外式除細動器）は、電気ショックを与えて、心臓の動きを素早く正確なリズムに戻すことにより命を救う医療器具です。

AEDの取り扱いについては、日本赤十字社新潟県支部や各消防署で講習会を実施していますので、この機会にぜひご参加ください。

詳しくは、県医務薬事課 ☎ 025-280-5187 まで

村内の主なAED設置施設

- ・ 関川村役場
- ・ 村民会館
- ・ 小中学校
- ・ ふれあいど〜む など



AED設置施設の表示



AED設置例
（ふれあいど〜むのAED）

健康講座

137

腸閉塞症

新潟県立坂町病院外科 島田 哲也

腸閉塞症という病気を聞いたことがあるでしょうか。専門用語でイレウスとも言われます。腸閉塞症とはその名の通り腸管が閉塞し、食べたものが通過しない病気です。通常口から食べたものは、食道を通り、胃で消化を受けた後、小腸でさらに消化、吸収が行われ、大腸で残った水分が吸収され、残りが便として排泄されます。この過程の内、小腸あるいは大腸に閉塞が起こると、食べたものや消化液が停滞し、腹部膨満、腹痛、嘔吐といった症状を引き起こします。閉塞の原因は様々ですが、開腹手術後の癒着によるものが半数以上を占めています。何十年前にも開腹手術を受けたことがあり、それまでなんともなくとも、ある日突然腸閉塞症となることもあり

ますので、開腹手術を受けたことがある方は要注意です。近年、当科でも積極的にに行っている、腹腔鏡手術が普及するようになり、今後は開腹手術後の癒着による腸閉塞症は減少するのではないかと期待されています。腸閉塞症の治療は閉塞の原因によって異なりますが、減圧が基本です。イレウス管というチューブを鼻から入れ、腸の中に溜まった食物残渣や消化液を抜き、腸管の減圧を行います。腸管の減圧がなされると、狭くなっている腸管の浮腫みなどがとれ、開通することが期待できます。イレウス管を使った造営検査により、減圧だけで治るものであるか、手術加療が必要であるかの判断もできます。減圧により改善しない場合は、手術により癒着を剥

離したり、狭くなった腸を切除したりすることもあります。また、腸管が捻じれるなど、血流障害を伴う場合は、そのままにしておくと腸管が腐ってしまいますので、緊急手術が必要となることもあります。腹痛、嘔吐といった症状はいわゆる食あたりでも起こりますが、その場合閉塞はしていませんが、その場合閉塞はしていないため、通常排便を認め、多くは下痢を伴います。便が出ず、腹部膨満、腹痛、嘔吐等の症状がある場合は腸閉塞症の可能性もあるため、かかりつけのお医者さんに相談してみてください。ただの便秘である場合も多いので心配しすぎる必要はありませんが、特に開腹手術を受けたことがある場合は、早めの相談をお勧めします。



*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎ 62-3111