



4月は進級、進学、転勤など生活環境が大きく変わることが多い月です。この時期は、新しい環境になかなか馴染めず、戸惑いや、それが原因で心身の不調をきたしてしまうことがあります。でも、ちょっとした不調のときは、なかなか医療機関へ足を運びにくいものです。体調がいつもと違うけど、医療機関へいくほどでも…と迷ったときは、まずファミリー健康相談へ電話してみましょう！

ファミリー健康相談では、こんな相談が…

**Q: 1カ月の子供が、ミルクを飲んだ後吐くことがあり心配しています**

A: 乳幼児は胃の入り口のくびれが未熟なため吐きやすいのです。少しミルクを薄めると吐きにくくなると思われませんが、不安がある場合は医師にご相談してみてもいいでしょうか。

**Q: 人間ドックで肝石灰化と指摘されました。経過観察でも大丈夫ですか？**

A: 肝石灰化とは、肝臓内に沈着したカルシウム成分が映ったという所見です。一般的に肝臓の炎症や細菌感染の治療後にできることが多いものです。検査機関の指示どおり年1回受診してください。

**Q: 糖尿病でインスリン注射をしていますが、がんになりやすいと聞きました。本当でしょうか？**

A: 糖尿病でインスリン注射などで高インスリン血症が続くとがんになりやすいという学会の報告はあります。心配ないと思われませんが、一度主治医に詳しく聞かれた方がよいでしょう。

**Q: 偏頭痛に悩んでいます。ストレスからきているのではないかと思います。何科を受診したらよいのでしょうか？**

A: まずは、脳神経内科や頭痛外来がいいと思いますが、ストレスが強く、つらい場合は心療内科も受診してみるといいでしょう。



ヘルスアドバイザーから  
今月の一言

セカンドオピニオン

セカンドオピニオンという言葉は、第二の意見という意味で、もともとは一人の医師（主治医）の診察を受けている患者が他の医師の意見を聞き、主治医と治療法などを決めていくときの判断材料、またはそれを得るということから使われ始めたものです。患者自らが治療の決定に主体的に関わっていく、または決定を委ねられるなどの際に、複数の専門家の意見を聞きたいと思うことは当たり前として根付いてきていますが、実際には主治医との関係に影響するのではないかと心配して躊躇する方も多いようです。しかしながら、主治医とともに治療を決定していくためのセカンドオピニオンですから、そんな心配は無用なはずで、主治医とは、今心配なことや治療後の生活の質、生き方などを伝えていける関係を持つていくことが大事になってきます。2006年から、セカンドオピニオンを受けるための診療情報提供に対して診療報酬が支払われるようになっていますが、患者負担があることや、本来の目的が理解されていないなど、まだ課題も多いようです。



ご自分の健康、ご家族の健康で気になることがあったなら、ファミリー健康相談に相談です！  
相談専用電話番号は各健康保険組合のホームページまたは健康保険組合発行の冊子等をごらんください。