

健康だより

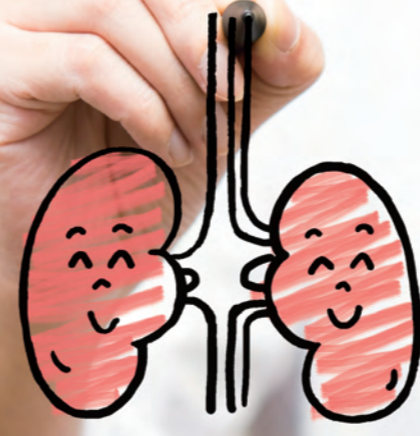
慢性腎臓病(CKD)を 予防しましょう!

今回は公立菊池養生園診療所の
芹川和志先生に慢性腎臓病(CKD)
について教えていただきます。



公立菊池養生園診療所
芹川和志 医師

問い合わせ先 健康推進課健康推進係
☎ 0968(25)7219



腎臓病を予防するために!

「○○は、腎臓がいい。」など世間ではいろんなことがいわれられています。しかし、多くの場合、誤った知識であるか、不適切なことが多いです。自分で判断するのは難しく、かかりつけ医にお尋ねください。医師や医療スタッフと患者との細かいやりとりが腎臓病を予防することにもつながります。

高度の蛋白尿の人、腎臓の働きが弱いと言われた人は、早期治療で透析を受けなくすることもできます。それは、自分自身が元気で何も自覚症状がない段階からの治療になります。自覚症状が出たときには遅いのです。さあ、これから一緒に腎臓病を予防しましょう。

子宮頸がん(個別)検診を実施しています

現在、市内の医療機関で子宮頸がんの検診を実施しています。20代から30代の若い女性を中心に、子宮頸がんにかかる人が増えています。早期発見・治療で自分の命を守るために、この機会にぜひ検診を受けましょう。

対象者 満20歳以上の女性(平成29年3月31日現在)

期限 10月31日(月) ※(出)を除外

料金

- ▼20歳～69歳 1,600円
- ▼70歳以上 500円

(平成29年3月31日現在の満年齢)

※子宮頸がん検診無料クーポン券を送付されている人は無料で受診できます。

※妊娠中・婦人科疾患治療中の人や、検診当日に本市に住所がない人は受診できません。

実施医療機関と受付時間

- 黒川産婦人科医院
 - 齋藤産婦人科医院
- 受付時間
- 午前9時～午後0時30分
 - 午後2時45分～午後5時30分
- ※(出)は午後休止
- ☎ 0968(25)1071
- 午前9時～正午

慢性腎臓病とは?

最近増えている病気で、国内に1330万人の患者がいると推定されています。腎臓の働きが少し弱い(糸球体ろ過量60ml/分未満)、3カ月以上にわたって尿に異常のある人などが該当します。

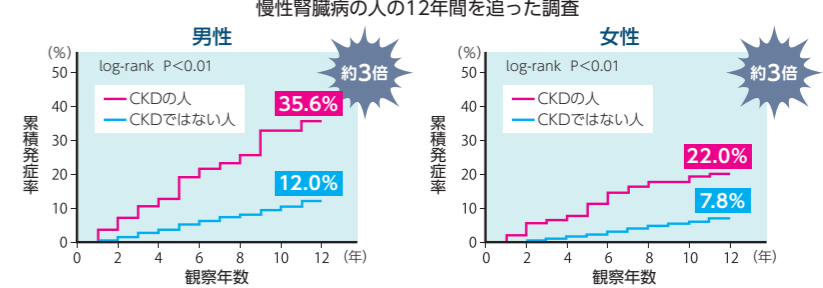
患者の中には、将来、腎臓の働きが悪くなり、透析を受けないと命を保持できない状態になる人もいます。また、透析だけではなく、脳卒中や心臓病の発症率が高くなるのが知られています。つまり、腎臓の働きが弱いと命に影響するわけです。

日本ではCKDの患者が成人の約8人に1人いると考えられています。



「皆さんこんにちはは、公立菊池養生園診療所の芹川です。菊池養生園では、本年度から慢性腎臓病(CKD)対策として、住民健診時に蛋白尿の定量検査を導入し、腎臓の状態や機能を評価して皆さんにお知らせする取り組みを始めています。今回は、慢性腎臓病についてお話しします。」

脳卒中や心筋梗塞の累積発症率(CKDの有無別)



早めの治療が大切!

医学の進歩と正しい知識に基づく食事や生活習慣の改善により、治る腎臓病も増えていきます。慢性腎臓病も早期治療で治せる場合もあります。

健診結果で、高度の蛋白尿の人、腎臓の働きが弱いと言われる人は、かかりつけ医や腎臓内科の先生に相談し、腎機能が悪

慢性腎臓病の治療のポイント

慢性腎臓病を悪化させないための治療のポイントは下記の4項目です。特に進展阻止においては、「生活改善」や「食事療法」が重要です。



※慢性腎臓病が進行すると、貧血症状が現れやすくなります。

化しないように努力しましょう。自分自身の慢性腎臓病の進行度がどのくらいで、どのような検査が必要か、どのような治療法があるか、患者の権利として医師にお聞きください。まずは、かかりつけ医から正確な説明を受けることをおすすめします。また、健康推進課にも保健師がいますので、お困りの場合はぜひご相談ください。

献血にご協力ください

とき 10月5日(水)

午前9時30～11時

午後0時15分～4時

ところ 市役所本庁東側駐車場(移設倉庫前)

内容 400ml献血

薬を飲んでいない人でも献血で

歯ツピーキッズ

3歳児健診時「むし歯なし」の子
7月1日・15日の歯科検診の結果で、
むし歯がなかったお子さんを紹介し
ます。(敬称略)



むし歯を予防するためには

- 1 むし歯菌を減らすための毎日の仕上げみがき
 - 2 甘いものを減らしたおやつ工夫
 - 3 歯の質を強くするための定期的なフッ化物塗布
- 家族ぐるみでむし歯予防に取り組み、健康な歯を保ちましょう。今回むし歯があった子どもは、なるべく早く歯科医院を受診しましょう。

- 林 歩和 (菊 北原)
- 益 壽 葉 (菊 北原)
- 高 山 優 心 (菊 中央通)
- 倉 原 楓 音 (菊 下町)
- 富 田 大 成 (菊 小木)
- 緒 方 葵 香 莉 (菊 片角)
- 小 林 泰 成 (菊 北宮)
- 福 田 優 菜 (菊 北原)
- 上 野 芹 菜 (菊 中川)
- 松 山 大 晴 (菊 高野瀬)
- 伊 賀 心 美 (菊 大琳寺)
- 八 並 諒 (菊 東原)
- 末 田 風 和 (菊 下木庭)
- 武 石 龍 希 (菊 東迫間)
- 祝 心 彩 (菊 野間口)
- 石 原 薫 (菊 湯舟)
- 中 村 茜 莉 (菊 福本一)
- 小 野 新 天 (菊 富納)
- 出 口 勇 斗 (菊 五海)