

これからの季節 インフルエンザにご注意を

平成21年に新型インフルエンザが流行したのは記憶に新しいと思います。毎年、インフルエンザは空気感染し、特に冬場に流行します。

通常の風邪とインフルエンザでは対策が異なります。自分だけではなく、家族や周りの人などへの感染拡大を防ぐために、適切で冷静な対応を心がけましょう。

インフルエンザはどんな病気？

○原因

インフルエンザウイルスの空気感染によって起こる病気で、潜伏期間が短く感染力が強いことが特徴です。冬場は空気が乾燥すること、また寒くて乾燥した空気が気道粘膜の抵抗力を弱めることなどインフルエンザウイルスにとって好条件が整っています。症状は風邪と似ていますが、軽く考えてみると死に至ることもある怖い病気です。

○発病と症状

インフルエンザウイルスに感染後、1～3日間の潜伏期間を経て、突然38～40℃くらいの高熱が出て発病します。同時に、悪寒や頭痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感などの全身症状が現れます。これに続き、鼻水、のどの痛みや胸の痛みなどの呼吸器症状も現れます。発熱は通常3～7日間続きます。健康な成人は、一週間ほどで治りますが、インフルエンザウイルスは熱が下がっても体内に残っているため、他人にうつす恐れがあります。流行を最小限に抑えるためにも、一週間は安静にしておくことが大切です。

怖い合併症

○高齢者

肺炎を併発したり、持病を悪化させたりします。そして、最悪の場合、死に至ることもあります。インフルエンザの合併症として、呼吸器系や心臓に持病を抱えている人は、肺炎を併発しやすく、インフルエンザによる死亡の大きな原因にもなっています。

○乳幼児などの子ども

インフルエンザ脳炎・脳症は、5歳以下に多くみられる合併症です。発症すると、水分を摂った後、すぐに吐いてしまつて元気がない、意識がはつきりせずとうとうとしている、けいれんを起こすなどの症状がみられます。この場合はすぐに医療機関で受診してください。また、熱が高くても自己判断で解熱剤を服用させるのも控えてください。一部の解熱剤では脳炎などを引き起こしやすいといわれています。

予防方法

○予防接種を受けましょう

流行前に予防接種を受ければ、もしもインフルエンザにかかったとしても症状が軽く済みます。また、その他にも日常生活で気を付けることもありますので実践しましょう。



○日常生活でできること

- 外出後の手洗いとうがい
石鹸で15秒以上洗い、流水で流しましょう。
- マスクの着用
他人からの感染を防ぎ、また他人へ感染させることも防ぐ効果があります。
- 人込みに行かない
不必要な外出は避け、人込みに行くときにはマスクを着用しましょう。
- 室内の湿度を保つ
インフルエンザウイルスは乾燥した状態を好みます。活動を抑えるためにも加湿器などで部屋の湿度50%を目安に保ちましょう。また、定期的に室内の換気もしてください。
- 十分な休養とバランスの良い食事
十分な休養とバランスの良い食事とで、体力、抵抗力を高めておきましょう。

▼問合せ先

健康福祉課
☎932・1493 (ダイヤルイン)
☎932・1151 (内線154)

個別検診のご案内

特定健康診査

心筋梗塞や脳卒中の現在治療中の人も対象です。年に1回は健診を受けましょう。

- ▼実施期間 12月24日(土)まで
- ▼実施日時 月曜日から土曜日(祝日を除く) 8時30分～11時
- ▼対象者 40歳～74歳の須恵町国民健康保険の被保険者
- ▼医療機関 医療法人社団 正信会水戸病院
☎935・3799
- ▼検診内容 問診・身体計測・血圧・血液検査・尿検査
- ▼自己負担額 500円
- ▼受診方法 電話予約の上、特定健診受診券、国民健康保険証、前年度健診結果票(昨年受診した人)をお持ちになり受診してください。

早期発見・早期治療のためにがん検診を

- 子宮がん検診
- ▼実施期間 11月30日(水)まで

(別表1) 大腸がん検診実施医療機関

病院名	電話番号
水戸病院	935-3755
泰平病院	932-5881
市来医院	935-0165
岡医院	932-0458
千鳥橋病院付属須恵診療所	934-0011
須恵外科胃腸科医院	936-2355
貫外科胃腸科医院	933-5111
太田整形外科	932-8877

- ▼対象者 20歳以上の偶数年齢の女性(平成24年3月31日現在)
- ▼医療機関 王子産婦人科医院
☎933・5050
- ▼検診内容 問診・視診・細胞診・内診
- ▼自己負担金 600円
- ▼受診方法 医療機関へ電話後、健康保険証をお持ちになり受診してください。
- 大腸がん検診
- ▼実施期間 平成24年3月31日まで

- ▼対象者 40歳以上(平成24年3月31日現在)
- ▼医療機関 別表1をご覧ください。
- ▼検診内容 問診・免疫学的便潜血検査2日法
- ▼自己負担額 200円
- ▼受診方法 医療機関へ電話後、健康保険証をお持ちになり受診してください。
- ただし、大腸がん検診クーポン券は、個別検診では使用できません。
- ▼問合せ先 健康福祉課
☎932・1493
☎932・1151 (内線154)

高齢者インフルエンザ 予防接種のお知らせ

接種を受ける前に、予防接種・副反応などについて説明書をよく読み、理解した上で接種を受けましょう。気になることやわからないことがあれば、かかりつけ医にご相談ください。説明書は、実施医療機関にあります。

- ▼実施期間 10月1日～平成24年1月31日まで
- ▼対象者
 - ① 接種当日、須恵町に居住する65歳以上の入
 - ② 接種当日、須恵町に居住する60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、または呼吸器の機能に障がい有する人、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がい有する人
- ▼自己負担額 1000円
- ▼持参するもの 現住所と年齢を確認できるもの(健康保険証など)
- ▼実施医療機関
 - ・別表2の町内医療機関および福岡県内指定医療機関
 - ※その他の医療機関で接種を希望するときは、健康福祉課にお問合せください。依頼書が必要になる場合があります。接種まで時間がかかることがあります。



(別表2) 実施医療機関

病院名	電話番号
水戸病院	935-3755
泰平病院	932-5881
市来医院	935-0165
岡医院	932-0458
千鳥橋病院付属須恵診療所	934-0011
須恵外科胃腸科医院	936-2355
貫外科胃腸科医院	933-5111
太田整形外科	932-8877
須恵中央眼科	931-1800
いづまるクリニック	933-8741