



9月は多くの団体に健康診断が実施されます。健康診断は受けるだけでなく、その結果をどう活かすかが大切です。でも、検査結果についてどのように理解すればよいか、また今後の対策などわからないことが多いかと思えます。そんなときは、ファミリー健康相談へ電話してください！ヘルスアドバイザーと顧問医師が連携し、検査結果の意味や、再検査の必要性、経過観察の理由などをわかりやすく説明し、理解していただけるようアドバイスします。

ヘルスアドバイザーから 今月の一言

高齢者の健康管理

9月の第3月曜日は敬老の日です。敬老の日は、収穫後の農閑期の気候のよい時期に「お年寄りを大切にし、お年寄りの知恵を借りて村づくりをしよう」と兵庫県の農村部で始まった敬老会の開催日が今の敬老の日に発展したと言われてい

ます。日本は高齢社会と言われて久しくなりますが、欧米諸国に比べて高齢化のスピードが速く、2012年には高齢者が人口に占める割合は24.1%となり、世界に類をみない水準になりました。加えて少子化による生産年齢人口の減少、高齢者のみの世帯の増加など、医療を支える社会構造や保険制度にも大きく影響を与えており、高齢者の健康管理がますます重要になってきました。

大切なことは、高齢者が生き活きと社会で活動できることであり、それには生涯を通じた健康づくりが重要となってきます。栄養、運動、休養などの生活習慣の改善を若い世代がサポートすることはもちろん、若いころから正しい生活習慣・食習慣を身につけることも大切です。



ファミリー健康相談では、こんな相談が…

Q: 健診結果に赤血球数高値で経過観察と書かれていました。どんなことに気をつければよいですか？

A: ほかの検査項目に問題がないようであれば、血液中に赤血球数が多いことで多血症といわれ、動脈硬化が進みやすい状態といえます。食生活等の生活習慣を見直してください。

Q: 健診結果に肝血管腫とありました。肝血管腫とはどのような病気ですか？

A: 肝血管腫とは肝臓の血管が絡み合ってきた腫瘍のことです。大きくなると破裂する危険性がありますが、小さいようならとくに治療の必要はありません。定期的にエコー検査などを受け様子を見ていけば問題ないと思います。

Q: 人間ドックで貧血治療が必要と診断されました。子宮筋腫があるのですが、婦人科を受診すればよいですか？

A: 過去に貧血の既往歴がなくても経血が多いと、子宮筋腫の影響が考えられます。まずは内科で診てもらいましょう。また、同時に婦人科の受診も必要だと思われます。

Q: 妊娠6週目なのですが、風疹に対する抗体がありません。子どもが風疹に罹っている疑いがあり、感染しないかと心配しています

A: 風疹のワクチンを4回接種されても抗体ができないとのことなので、抗体ができにくい体質であることが考えられます。まずお子さんの発熱が風疹によるものかどうか受診して確認してください。風疹であった場合は、産婦人科医に相談しましょう。



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！
専用電話番号はホームページの「お知らせ」をごらんください。