

すこやかライフ

成人保健課(〒564・0072出口町19・2保健センター内☎6339・1212☎6339・7075)
 保健医療総務室(〒564・0072出口町19・3保健所内☎6339・2225☎6339・2058)
 地域保健課(〒564・0072出口町19・3保健所内☎6339・2227☎6339・2058)
 国民健康保険課(☎050・1807・2183☎6368・7347)
 口腔ケアセンター(〒565・0862津雲台1・2・1☎6155・8020☎6873・3030)



各種健(検)診

加入している公的医療保険の種類に関係なく受診可。65歳以上は無料。64歳以下で吹田市国民健康保険の加入者は国民健康保険課へ、市民税非課税・生活保護世帯は検診の2週間前までに成人保健課へ申請すれば、いずれも無料。☑成人保健課。
 ※受診の1年の区切りは、健診は4月～3月、検診は1月～12月です。

健診	30歳代健康診査	血圧測定、尿検査、血液検査など。30～39歳。	無料
	歯科健康診査	☐腔内検査、歯面清掃など。15～74歳(ただし、15～18歳は学校などで歯科健診を受ける機会がない人に限る。☑で事前申請が必要)。	
個別検診※1	胃がん検診※2	胃内視鏡検査※3。50歳以上で今年偶数年齢になる人。	2000円
	大腸がん検診	便潜血反応検査。40歳以上。	300円
	肺がん検診※4	X線検査。40歳以上。問診の結果、必要な人のみ喀痰検査。50歳以上。別途500円。	400円
	子宮がん検診	頸部細胞診。20歳以上の女性で、今年偶数年齢になる人。問診の結果、必要な人のみ体部細胞診。別途500円。	500円
	乳がん検診	マンモグラフィと視触診。40歳以上の女性で、今年偶数年齢になる人。	1000円
	前立腺がん検診	血液検査。50歳以上の男性。	700円
	結核検診※4	X線検査。65歳以上。	無料
B・C型肝炎検診	血液検査。20歳以上で、B・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人。	1000円	
	骨粗しょう症検診		骨量測定。20～70歳で年齢の下1桁目の数字が今年0か5になる人。
	聴力検診		6周波の聴力検査。今年50・55・60・65・70歳になる人。

誕生月かその翌月の受診を推奨。☑直接、協力医療機関へ。
 協力医療機関は、市報10月号と同時配布した「吹田市けんしんガイドブック」と成人保健課のホームページに掲載しています。

集団検診※1	胃がん検診※2	X線検査。50歳以上。1000円。昨年胃内視鏡検査を受けていない人。	☑2月19日(月)までに☑か、検診名、住所、名前、生年月日、電話番号を郵送かファックスで成人保健課へ。多数の場合は日程を振り替えることがあります。
	大腸がん検診	便潜血反応検査。40歳以上。300円。	
	肺がん検診※4	X線検査。40歳以上。400円。喀痰検査は実施していません。※5	

- ※1 問診の状況により、市の検診として受診できない場合があります。
- ※2 個別検診か集団検診のどちらかを選んで受診してください。
- ※3 のど、鼻腔への局所麻酔以外の痛み止めや、鎮静薬は使用できません。また、抗血栓薬を服用している人は受診できません。
- ※4 65歳以上の人はいずれかを選んで受診してください。また、血痰のある人は検診の対象外です。速やかに医療機関を受診してください。
- ※5 50歳以上で、喫煙指数(1日の平均喫煙本数×喫煙継続年数)が600以上の人は、喀痰検査の対象となります。市内の協力医療機関で実施する肺がん検診を受診してください。



☑はこちら

その他の検査・健診

HIV・感染症検査

HIV、クラミジア、梅毒の検査ができます。匿名。診断書は発行しません。☑月2回金曜日午前9時30分～11時45分。1人15分。結果説明は原則1週間後。☑保健所。☑各先着9人。☑電話で地域保健課へ。

国民健康診査(特定健診)

身体測定、尿検査、血液検査など。対象者には、誕生月の前月末に受診票を送ります。令和5年4月2日以降の加入者は国民健康保険課へ問い合わせてください。特定健診の代わりに人間ドックを受診した人には受診費用の一部助成制度があります。詳しくはホームページへ。☑40～74歳の吹田市国民健康保険加入者。国保以外の保険の加入者は、加入している健康保険の保険者へ問い合わせてください。☑国民健康保険課。

在宅要介護者・児訪問歯科健診

年1回、自宅で歯科健康診査を行います。☑要介護者・児で通院ができない人。☑電話かファックスで吹田市歯科医師会(☎63389・6881☎63389・3338)へ。☑成人保健課。



相談

面談は予約制。☑月～金曜日。祝・休日、年末年始は除く。

健康相談 健康、食事、禁煙、生活習慣病の予防など。☑保健センター、同センター南千里分館。☑成人保健課。

こころの健康相談 統合失調症や気分障がい、アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存症、認知症、ひきこもりなど。☑保健所。☑地域保健課。

医療相談 医療機関に関する相談や苦情などに応じます。☑保健所。☑保健医療総務室。

くらしの情報

☐腔ケアセンターの催し

障がい者(児)のお口のケアとリハビリテーション。歯科医師による☐腔の健康度チェックと☐腔ケア指導。☑3月17日(日)午前10時～正午。☑会場へ来所できる障がい者(児)。難病や脳梗塞後遺症がある人も可。☑先着10人。☑2月1日(木)から基本事項と年齢を電話かファックスで同センターへ。



脳卒中の予防

脳卒中は、脳が原因で卒倒してしまう病気です。大きく分類すると、血管が詰まって脳の組織が死んでしまう脳梗塞、血管が破れて脳の中に出血する脳内出血、動脈瘤(脳の血管のこぶ)が破裂して脳の隙間(クモ膜下腔)に出血するくも膜下出血の3つがあります。

脳梗塞や脳内出血は言語障害や麻痺、意識障害などの重篤な後遺症が出る場合があります。重症になると、一人での食事やトイレが困難になり、生活に支障をきたします。そうならないためには、脳卒中を予防することが大切です。

では、脳卒中にならないようにするにはどうすればよいのでしょうか。脳梗塞と脳内出血は生活習慣病などの危険因子を制限することで予防できます。生活習慣病は文字どおり、食事や運動などの生活習慣の乱れから起る病気です。高血圧や脂質異常症、糖尿病などがあります。

よくドミノ倒しで表現されることがありますが、健診で血糖や血圧、コレステロールや中性脂肪が高いことを指摘されていると、それらのドミノが倒れて生活習慣病になってしまいます。さらに、それらの治療を怠っていると「生活習慣病」のドミノが倒れて脳梗塞や脳内出血などの脳卒中に至ってしまうのです。それぞれのドミノが倒れないように注意し、運動不足、カロリー・塩分・脂質の取りすぎ、喫煙、過剰なアルコールの摂取などに気を付けましょう。

昔は脳卒中のことを「中風」と呼んでいました。漢方の書物でも、中風になりやすいのは「色白、肥満、酒呑みの者が40歳を過ぎて気の衰えた頃に発病しやすい」と記されています。脳卒中にならないための注意事項は昔から変わらないようです。

吹田市医師会 奥田 泰章