

7月のけんこう

腹部超音波検診・大腸がん検診のお知らせ

対象者／

- 腹部超音波検診…市内に居住する40歳以上の方
- 大腸がん検診…市内に居住する20歳以上の方

申込方法／専用の「申込はがき」(切手不要)に必要事項を記入し郵送、または健康増進課ホームページで
 ※「申込はがき」は、7月1日(水)から土浦市保健センター、市役所総合窓口、各支所・出張所および各地区公民館に設置します。

申込期間／7月1日(水)～22日(水)(当日消印有効)

その他／

- 働く世代の大腸がん検診無料クーポン券(対象の方には5月中旬に発送しています)がご利用できます。
 - 本年度総合健診時に、大腸がん検診を受診された方は、重複して受診できません。
- ※日程など詳しくは、申込はがき、ホームページ、または健康づくり便利帳をご覧ください。

土浦市特定不妊治療費助成事業

市では、特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けている方に治療費の一部助成を行っています。

対象者／法律上の婚姻をしているご夫婦で、夫または妻のいずれか一方が市内に住所を有している方(所得制限あり)

対象となる治療／県が指定する病院で受けた不妊治療(体外受精・顕微授精)で次に該当するもの

- 茨城県不妊治療助成を受けた治療で、県の助成額を越える治療費があるもの
- 茨城県不妊治療助成の助成年限および年間助成回数

問・申健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

を越えたもの

※治療内容は茨城県不妊治療助成事業に準じます。

対象となる治療期間および申請期限／

●治療終了日が平成26年4月1日から平成27年3月31日までのもの…平成28年3月31日まで

●治療終了日が平成27年4月1日から平成28年3月31日までのもの…平成29年3月31日まで

助成額／1回の治療につき5万円まで

助成回数／10回まで(平成23年度以降に助成を受けた回数も含みます)

デング熱にご注意ください

デング熱とは、デングウイルスを保有する蚊に刺されることによっておこる急性の熱性感染症です。昨年8月に約70年ぶりとなる国内感染症例が確認されました。

症状／潜伏期間は3日から7日で、発熱、発疹、頭痛、筋肉痛、関節痛などの症状があらわれます。まれに重症化して、出血やショック症状が現れることがあります。

予防方法／

- 蚊に刺されないよう長袖長ズボンを着用するなど、屋外で活動する時には肌の露出をなるべく避ける。
- 虫よけ剤などを使用し、蚊を寄せ付けないようにする。
- 蚊の幼虫の発生源を作らない。(空き缶などの小さな水たまりでも幼虫が発生します。)

※症状がみられたときは医療機関を受診してください。

献血のお知らせ

7月2日(木)…市役所

午前9時30分～正午、午後1時～4時

17日(金)…イオンモール土浦(上高津)

午前10時～11時45分、午後1時～4時

健康教室

ちかくかびん 知覚過敏について

土浦市歯科医師会
福島隆史(福島歯科医院)

冷たいものを口にしたときや歯を磨いているときにしみることはありますか。もしかしたら、それは知覚過敏かもしれません。知覚過敏は、歯ブラシが触れたり、温度変化などの刺激で痛みを感じることがあり、長くても1分以内で痛みがなくなることが多いのが特徴です。歯科医院で歯石を取る時にも同じ症状が出る場合があります。歯の頭の部分は堅いエナメル質で覆われているのですが、根の部分はエナメル質で覆われていません。根の部分は、象牙質で覆われています。象牙質には、無数の小さな穴があり、その部分に刺激が加わることによって知覚過敏の症状が出ます。歯に歯垢が付いていると、歯垢の中のむし歯菌が出す刺激物によってしみる場合があります。この刺激物は、歯を少しずつ溶かします。ですから、歯みがきをしないでいると、その部分がむし歯になります。また、歯をゴシゴシと強く磨いたり、研磨材入りの歯磨き粉を使って、歯の根がすり減ってしまった時に知覚過敏の症状が出ることもあります。炭酸飲料や

すっぱい飲み物を長時間、頻繁に飲むような習慣があると、歯の表面が溶けて、知覚過敏になることもあります。歯ぎしりやくいしばりで、歯の頭のエナメル質がなくなってしまった場合も同じ症状が出ることもあります。

治療法としましては、まず、毛先のやわらかいハブラシでやさしく丁寧に歯の根の部分の部分を磨いて下さい。知覚過敏の改善にも歯みがきはとても重要です。強く磨くと、歯がすり減ってしまいますので、注意してください。また、知覚過敏用の歯磨き粉を使うこともいいと思います。それでも改善しないときは、歯科医院に相談してください。歯科医院では、しみる部分をコーティングしたり、歯の根のくぼんでいる部分を埋めたりします。これらの処置をしても全く改善しないときは、歯の神経をとってしみなくします。できるだけ歯の神経は温存すべきと思いますが・・・。歯がしみるというのは、なんらかのサインですので、気になる時は歯科医院に相談してみてもいかがでしょうか。