

3月のけんこう

【甲問】健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

麻しん風しん予防接種(2期)

平成25年度麻しん風しん混合ワクチンの予防接種2期対象の方は3月31日(月)で公費助成が終了します。まだ接種を受けていない方は早めに接種を受けましょう。

対象者／平成19年4月2日～20年4月1日生まれて麻しん風しん混合ワクチン2期を受けていない方

接種期間／3月31日(月)まで

※期間を過ぎると公費では接種ができなくなります。

接種方法／協力医療機関にて個別接種

※事前に医療機関にお問い合わせください。

費用／無料

※転入や紛失などで「予防票」がない方は、母子健康手帳を持参のうえ健康増進課で交付手続きをしてください。



風しん予防接種費用の一部助成

風しん予防接種費用の一部助成は3月31日(月)で終了します。

対象者／接種日(平成25年4月1日～平成26年3月31日まで)に土浦市に住民登録がある19歳～49歳までの方で、次のいずれかに該当する方

- ①妊娠を予定、希望している女性
- ②妊娠している女性の夫

助成期間／3月31日(月)まで

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。だくか、お問い合わせください。

「女性特有のがん検診」
無料クーポン券期限延長

平成25年5月にお送りした子宮頸がん検診・乳がん検診(マンモグラフィ)無料クーポン券の有効期限を多くの方が受診できるように延長します。まだ受診していない方は、早めの受診をお勧めします。

有効期限／3月31日(月)

受診場所／協力医療機関

※事前に予約が必要。霞ヶ浦医療センターの乳がん検診の予約は、定員に達したため終了しました。

対象者／

子宮頸がん 検診	昭和47年4月2日～48年4月1日生まれ
	昭和52年4月2日～53年4月1日生まれ
	昭和57年4月2日～58年4月1日生まれ
	昭和62年4月2日～63年4月1日生まれ
	平成4年4月2日～5年4月1日生まれ
乳がん検診 (マンモ グラフィ)	昭和27年4月2日～28年4月1日生まれ
	昭和32年4月2日～33年4月1日生まれ
	昭和37年4月2日～38年4月1日生まれ
	昭和42年4月2日～43年4月1日生まれ
	昭和47年4月2日～48年4月1日生まれ

費用／無料

献血のお知らせ

とき／3月20日(木)

午前10時～11時45分、午後1時～4時

ところ／イオンモール土浦(上高津)

健康教室

高齢者の眼疾患について

土浦市医師会

野々山智仁(ののやま眼科)

代表的な病気は白内障です。目の中にある水晶体(レンズ)が加齢変化によって混濁し見えなくなります。遅かれ早かれほとんどの人に発症します。視力検査で測定する視力は良くても、お天気の良い日にまぶしさを強く感じるようになる場合もあります。点眼薬だけで進行を止めることや完全に治すことはできません。運転などの日常生活に支障が出てきたら手術による治療が必要になります。日帰り、または短期間の入院で手術を受けることができます。点眼薬による麻酔のみの負担の少ない手術で、翌日には良く見えるようになることがほとんどです。しかし目の中の組織が弱い人では手術時間が長くなり、術後の回復に時間がかかる場合もあります。

40歳以上の日本人の6%程度がかかると報告されているのが緑内障です。目の中の圧力(眼圧)により目の神経に障害が起き見える範囲(視野)が狭くなっていく病気で、失明することもあります。以前は眼圧が高いために神経が障害されると考えられていましたが、現在では正常範囲内の眼圧でも緑内障が発症することがわかっており、緑内障のうち3分の2が正常眼圧緑内

障であることがわかりました。初期の緑内障には自覚症状はありません。緑内障の診断には眼圧、眼底、視野などの検査を行います。健診などで検査を受けたことがない人は一度検査を受けましょう。緑内障に対しては点眼薬により眼圧を下げ、進行を抑える治療を行います。それでも悪化していく場合には眼圧を下げる手術を行います。しかし手術によって眼圧は下がっても神経の障害は残るため視力や視野が回復するわけではありません。そのため緑内障を早期に発見することが重要です。

まぶたが下がって視野が狭くなり見づらくなる場合があります。まぶたを持ち上げる筋肉がゆるむ眼瞼下垂症と、まぶたの皮膚が垂れ下がる眼瞼皮膚弛緩症があります。いずれの場合も手術による治療が必要になります。

その他、老視(老眼)、加齢黄斑変性、睫毛乱生症、眼瞼内反症など高齢者に多い眼疾患は多数あります。異常を感じた時にはなるべく早く眼科を受診し病気の早期発見に努めましょう。

