

3月のけんこう

申問 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26年度麻しん風しん予防接種2期対象の方は3月31日(火)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20年4月2日～21年4月1日生まれで麻しん風しん予防接種(2期)を受けていない方

接種期間／3月31日(火)まで

接種場所／県内協力医療機関

※事前に医療機関にお問い合わせください。

費用／無料

※協力医療機関以外での接種は、助成額を上限に償還払いとなります。接種前に必ず健康増進課へご連絡ください。

※転入や紛失などで予防票をお持ちでない方は、母子健康手帳を必ず持参のうえ健康増進課で交付手続きをしてください。

健診結果まるごと相談

あなたは健診を受けっぱなしにいませんか？健診結果を健康づくりにしっかり活かしましょう。

とき	ところ
3月11日(水) 9:40～12:00	神立地区コミュニティセンター
3月14日(土) 9:40～12:00	土浦市保健センター

対象者／健診を受けた本人または家族(ご家族だけの相談も大歓迎)

内容／保健師との個別相談(健診結果の見方・結果で気になることなど)

持ち物／健診結果

申込方法／電話で

※かかりつけ医のいる方は、医師への相談をお勧めします。

「女性特有のがん検診」無料クーポン券期限延長

平成26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(火)

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／

検診名	対象者	備考
子宮頸がん検診	S48. 4. 2～S52. 4. 1生まれ	無料クーポン券を利用して受診したことがない方のみ
	S53. 4. 2～S57. 4. 1生まれ	
	S58. 4. 2～S62. 4. 1生まれ	全員に発送
	S63. 4. 2～H4. 4. 1生まれ	
	H5. 4. 2～H6. 4. 1生まれ	
乳がん検診	S28. 4. 2～S32. 4. 1生まれ	無料クーポン券を利用して受診したことがない方のみ
	S33. 4. 2～S37. 4. 1生まれ	
	S38. 4. 2～S42. 4. 1生まれ	全員に発送
	S43. 4. 2～S47. 4. 1生まれ	
	S48. 4. 2～S49. 4. 1生まれ	

献血のお知らせ

とき・ところ／

3月20日(金)…イオンモール土浦(上高津)

30日(月)…ピアタウン(真鍋新町)

※時間は各日、午前10時～11時45分、午後1時～4時



健康教室

めまいを起こす病気について

土浦市医師会

大久保信治(おおくぼ脳脊髄クリニック)

めまいは、からだの平衡感覚を保つ機能に障害が生じると起こります。めまいを訴える人の数は、厚労省の国民生活基礎調査で約240万人にのぼっています。

めまいの症状はさまざまで、ぐるぐる回っているようなめまい(回転性めまい)、からだがかたふるふる、船に揺られている感じ(浮動性めまい)、目の前が暗くなり気を失うこともある、頭から血の気が引く感じ(失神性めまい)などに分けられます。

からだの平衡感覚をつかさどる器官は、内耳(三半規管、耳石)、前庭神経などの末梢器官と、脊髄、脳幹、小脳、視床、大脳皮質などの中枢器官に分けられ、前者の異常によるめまいを末梢性めまいと呼び、後者の異常によるめまいを中枢性めまいと呼びます。末梢性めまいは回転性めまいが多く、中枢性めまいは浮動性めまいが多いといえますが、末梢性めまい＝回転性めまい、中枢性めまい＝浮動性めまいとは言えません。また、失神性めまいは、循環器系の異常(心不全、起立性低血圧、高血圧症、不整脈、血管迷走神経反射、貧血)などにより中枢器官の血流低下により起こります。

末梢性めまいを起こす病気は、メニエール病、前庭神経炎、突発性難聴、聴神経腫瘍、薬剤性などのめまいなどがあります。

中枢性めまいの原因としては、脳卒中(脳梗塞、脳出血など)、椎骨脳底動脈循環不全、良性発作性頭位変換性めまい、脊髄小脳変性症、脳腫瘍などがあります。

めまいの診断で、重要となるのは、発症の仕方(突然か、徐々に)、症状の持続時間、随伴症状(難聴、耳鳴りなどを伴うか)です。難聴や耳鳴りを伴う場合は、末梢性めまいの可能性が高いと言えます。

めまいの治療で、緊急性があり命に関わる病気は、脳卒中や脳腫瘍など脳に関わる病気です。めまいが出た場合は、一度頭部MRI、頭部MRA、頸部MRAなどの検査をお勧めします。

また、末梢性めまい、中枢性めまい、循環器系の異常による失神性めまい以外に、心因性めまいが挙げられます。心因性めまいは、めまい全体の約30%と言われており、以上の病気に当てはまらない場合、心因性めまいを考慮する必要があります。