

## 平成29年度歯科健康診査・肝炎ウイルス健診

対象の方には、平成29年4月に無料受診票を送付しております。まだ受診されていない方は、お早めに受診票裏面に記載された協力医療機関で受診してください。

**対象者**／①40歳誕生日歯科健康診査…昭和52年4月1～昭和53年3月31日生まれの方、②肝炎ウイルス検診…平成29年4月1日～平成30年3月31日までに、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳を迎える市民でこれまでに肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

**内容**／①虫歯・歯周病などの検査、②血液検査(B型およびC型肝炎ウイルス検査)

※無料受診票を紛失された方、転入された方は再発行いたしますので、健康増進課へお問い合わせください。

## 食改さんのハッスル中華まん作り教室

**対象者**／市内在住の方  
**日時**／2月16日(金)午前9時30分～午後1時(受け付けは午前9時15分から)  
**場所**／土浦市保健センター

**定員**／20人(先着順)  
**参加料**／300円  
**持ち物**／エプロン、三角巾  
**講師**／土浦市食生活改善推進員  
**申込方法**／電話で

## 2月の献血

**日時**／2月4日(日)、16日(金) 10:00～11:45、13:00～16:00  
**場所**／イオンモール土浦(専門店北入口)

## 各種医療費・検査費助成の申し込み期限が近付いています

## □胃がんリスク検査

平成29年5月から、胃がんリスク検査が始まりました。今年度対象の方は、3月末で検査費用の助成が終了します。

## □特定不妊治療費

市では、特定不妊治療(体外受精・顕微授精)費の一部助成を行っています。治療終了日が平成28年度中のものは3月末で治療費用の助成が終了します。

## □予防接種の償還払い

市が行う定期予防接種および任意予防接種を協力医療機関以外で受ける場合、償還払いにより公費負担額を上限に還付します。平成29年度中に接種を受けた方は3月末までに申請をしてください。

## □B型肝炎定期予防接種

B型肝炎定期予防接種の無料接種期間は1歳の誕生日前日までです。1歳になる前に予防接種を3回完了させましょう。※いずれも詳しくはホームページをご覧ください。

## 健康教室

## 脳卒中について

土浦市医師会  
小寺 実(サンルーナ小寺内科クリニック)

脳卒中は、脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血の3つのタイプに大別されます。脳梗塞には、アテローム血栓性脳梗塞、脳塞栓およびラクナ梗塞があります。脳梗塞の前駆症状として一過性脳虚血発作(TIA)があります。脳出血は、大部分は高血圧性脳内出血です。クモ膜下出血は、脳動脈瘤の破裂により起こります。

突然の激しい頭痛で発症するクモ膜下出血は、MRIとMRAの普及で簡単に診断でき、CTより正確です。部位や性状により動脈瘤はクリッピングやコイル塞栓術で治療します。

脳卒中の症状は、障害される脳の部位により決まります。片側の手足が動かない、呂律が回らない、言葉が通じない、めまい、意識障害、物が二重に見えるなどです。TIAでは、このような症状が一過性に起こります。一過性黒内障は、TIAに分類され、片眼が見えなくなります。TIAの10-15%は3ヶ月以内に脳梗塞を起こし、その半数は2日以内に起こります。

アテローム血栓性脳梗塞は、脳の動脈硬化が原因

で起こります。発症後に症状が進行する 경우가多く、飲酒や脱水が引き金になります。動脈硬化の促進因子である高血圧、糖尿病や脂質異常症の治療は脳梗塞の予防に有用です。

ブランチアテローム病(BAD)は、ラクナ梗塞とアテローム血栓性脳梗塞の中間にあるタイプの脳梗塞で、最初は軽い半身不随ですが数時間後には全く動かない状態になります。脳塞栓は、非弁膜症性心房細動による左房血栓や下肢静脈血栓が卵円孔を経由して脳動脈に詰まり突然に発症します。ラクナ梗塞は、高血圧と関係が特に深く、穿通枝と呼ばれる細い動脈の動脈硬化により起こります。

脳出血は、高血圧が原因です。降圧薬の服用で無くすることは可能ですが、土浦周辺の脳卒中の30%が脳出血ですので残念でなりません。

脳梗塞は発症4.5時間以内であればt-PAの静脈内投与が可能です。血管内治療により詰まった血栓を除去できるような時代になりました。脳梗塞治療は、時間との戦いです。発症したら救急車を呼んでください。