

へるす さぽーと No.96



◆心臓を守ろう

近年、狭心症や心筋梗塞を起す人が増えています。しかし、胸の痛みなどの典型的な症状が必ず現れるとは限りません。様々なタイプがあることを知っておきましょう。

○典型的な症状が現れるタイプ

締めつけられるような胸の痛みが起こり、強い動悸や息苦しき、冷や汗、吐き気などが現れます。症状が5〜10分間ほどで治まる場合は狭心症、治まらなく長く続く場合は心筋梗塞の可能性があります。

○関連痛が現れるタイプ

狭心症では心臓とは関係がないと思われる離れた場所である歯、肩、腕、背中、胃などに痛みが現れることも少なくありません。狭

心症の多くは、運動時や興奮時など心臓の活動量が増えた時に起こります。スポーツをした時、怒って興奮した時などに限って症状が現れる場合は狭心症の疑いがあります。

○症状を感じにくいタイプ

早期発見が難しいケースで、「軽い息苦しき」くらいにしか感じないというタイプです。糖尿病や加齢の影響で神経が障害されて狭心症が起こっても痛みを感じにくくなっています。糖尿病があり血糖の高い人、腎機能が低下している人、動脈硬化の要因である脂質異常症、高血圧、肥満、喫煙の習慣のある人は要注意です。年に1回は心臓の検査をしましょう。

○安静時に起こるタイプ

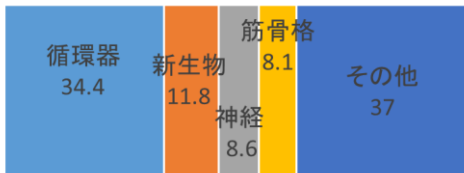
睡眠中の深夜または早朝に、突然冠動脈がけいれんして一時的に狭くなるもので血管けいれん型狭心症といえます。血管の拡張や収縮をコントロールしている自律神経のバランスの乱れが影響していると考えられています。喫煙者や比較的若い働いている世代に多く、肉体的精神的ストレスが発症に係している可能性があります。

◆年一回は心電図検査を受けましょう

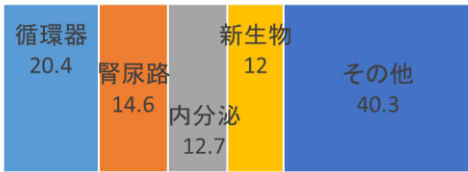
剣淵町国保の29年度の医療費の統計では、入院・外来とも循環器疾患の医療費が一番多く、その中でも虚血性心疾患とその他の心疾患を合わせた医療費が、ほとんどの割合を占めています。心疾患を早期発見、早期治療し健康寿命を延ばすためには、症状がなくても年に1回は心電図検査を受けることが重要です。

今までふれあい健診では高血圧の方など希望のある方に心電図検査をお勧めしていましたが、30年度より総合健診と同様、全員が血液検査と心電図検査を受けていただきます。ぜひご利用ください。

入院医療費



外来医療費



お知らせ

ふれあい健診が予約制になります

昨年度まで、6月のふれあい健診は予約なしで当日来所された順に受診する体制をとっていました。

以前から、混雑時にはかなりお待ちせしてしまったり、反対に人の来ない時間帯もあつたりと効率的ではない状況がありました。総合健診を1日増やしたことで、ふれあい健診の日程は1日減ることになりましたが、日数が少ない中で受診者の偏りは今まで以上に迷惑をかけかねないと判断し、今年度よりから全ての健診において予約制を導入します。

剣淵町国保の方は受診券がお手元に届き次第、順次予約を受け付けていく予定です。

若い方対象の一般健診、社会保険の特定健診の方も同様に予約申し込みをしていただく形になりますので、町内回覧・お知らせはがきなどでご確認ください。

*平成30年度の特定健診、がん検診の日程は3月末の戸別配布文書をご参照下さい。