

コロナに打ち勝つ カラダは健診から

感染予防の次に必要なのは、重症化のリスクを自分で下げること

健診・治療・予防接種で、ウィズコロナ時代を生きる体づくりを

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

生活様式の変化で
高まる重症化のリスク

新型コロナウイルスの感染が広がりはじめて約半年。3密の回避や手洗い、消毒、マスクの着用など、感染予防が全国で徹底されてきました。この夏、第2波に備えて重要なのは、感染を防ぎながら健康な体をつくることです。

新型コロナウイルスに感染して重症化すると、長期入院

となり、最悪の場合死に至ることもあります。重症化しやすいのは、高齢者や基礎疾患（糖尿病や心疾患、呼吸器疾患など）のある人。今のうちに基礎疾患がないかを知っておくことが大切です。

また、定期的な受診や服薬、口腔ケアなどの延期、治療の中断などで免疫力が低下することがあります。外出自粛期間中の巣ごもり生活やストレスによる「コロナ太り」に起因する、生活習慣病にも注意が必要です。

生活様式が変わっても、健康状態を知り早期に治療すれば、重症化を未然に防ぐことも可能です。

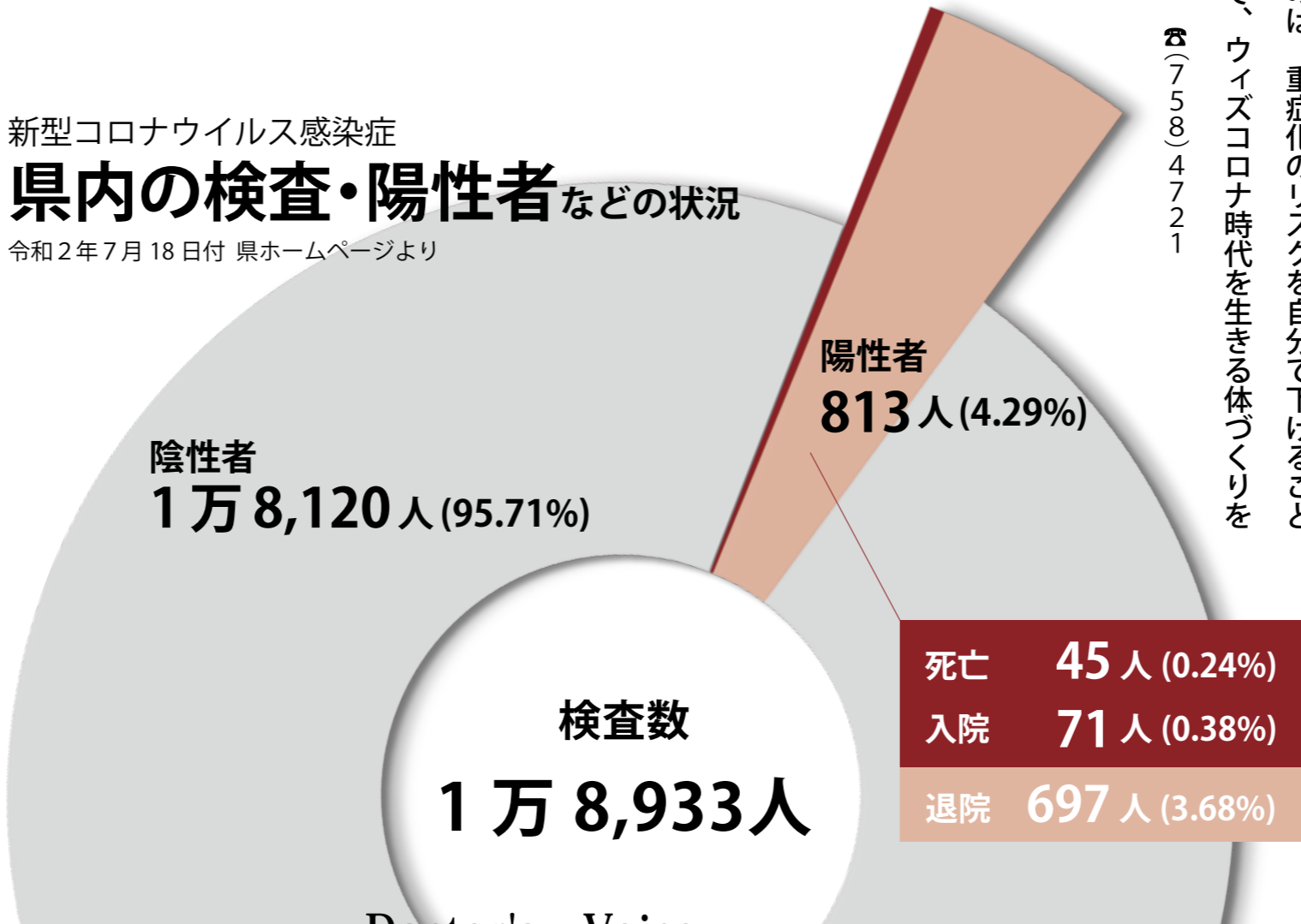
年に1度の健診で
基礎疾患の有無を確認

疾患を調べるには、健診（健康診査）が欠かせません。市が実施する健康診査には、糖尿尿病を調べる血液検査やその他の基礎疾患を調べる項目が含まれています。異常が見つかれば、早期に治療を始められます。

他にも、がん検診（自己負担額は最大1000円）や成人歯科健診（対象者は無料）

新型コロナウイルス感染症 県内の検査・陽性者などの状況

令和2年7月18日付 県ホームページより



などを活用すれば、今の健康状態を確認できます。

予防接種の受け逃しは
かかりつけ医で接種

外出自粛の影響で、予防接種を受けられなかった人も注意が必要。適切な時期に受けないと、大きな病気にかかる恐れがあります。特に1歳半までの子どもは命に関わるため、時期を逃すことなく接種することが大切です。

接種を受けられなかった人は、遅れて接種できる場合があります。事前に保健センターへ相談の上、かかりつけ医で接種してください。

定期的な服薬、続けていますか

量・回数自己判断は悪化の元

糖尿病や高血圧など、慢性疾患に対する定期的な服薬は、自己判断で量を変更したり中断したりすると、症状が悪化する場合があります。過去に処方された別の薬を服用したりするのも危険です。必ず、今の症状や環境に合わせて処方されたものを継続して服薬してください。気付かないうちに悪化していたということのないように、自身が抱える疾患にも意識を向けてください。

市薬剤師会 会長 樋口淳一さん

Doctor's Voice

歯科医師からの感染ゼロ。予防策もレベルアップ

市歯科医師会 会長 藤木 薫さん

「歯医者は感染リスクが高い」という4月の報道を耳にし、受診を見送っている人もいるかもしれません。しかし実際は、6月末時点で歯科医師から患者に感染した事例は全国で1例もないんですよ。

口腔を扱う歯科は、常日頃からインフルエンザや肝炎などの感染リスクが高い場所です。だからこそフェイスガードやキャップ、グローブの着用は当たり前。現在は、患者同

士の感染を防ぐために、検温や人数制限なども徹底しています。コロナと対峙してレベルアップした防疫によって、感染リスクは極めて低くなっているのです。

検診や治療を延期すると、目に見えなくても悪化する可能性があります。口の中の状態に気付くのは、自分ではなく歯科医師だけ。防げる時、治せる時に歯医者で診てもらってください。恐れ過ぎる必要はありません。

予防の徹底で、患者も医師も安心できる医療を提供

市医師会 会長 藤末 洋さん

ことなく診療に当たっています。受診される皆さんはもちろん、医師もスタッフも安全に治療や健診ができる環境を維持しています。

現在、医療機関の受診者が減少しています。手洗いやマスク着用などの効果で風邪などの感染症にかかる子どもが減っているのは喜ばしいことです。しかし、健診や予防接種を延期している人は、自身のために早く受診するようにしてください。

新型コロナの感染者数が毎日のように報道されていますが、陽性と診断されることよりも重症化することが問題です。予防をしっかりとした上で、万が一感染しても元気でいられる健康な体でなければいけません。そのために、私たち医師がいます。

市医師会では1月からコロナ対策本部を立ち上げ、感染予防と情報共有を徹底してきました。7月時点で、会員は誰も濃厚接触者になる

