

妊産婦・乳児(1才未満)無料歯科健診のご案内

お母さんと赤ちゃんのお口の健康のため、粕屋歯科医師会では粕屋地区在住または粕屋地区の産婦人科に通院されている妊産婦さんと、1才未満のお子さんを対象とした「歯科健診・指導相談」を行っています。

お母さんのお口のケアは将来の赤ちゃんのお口の健康に影響を与えます。進行した歯周病にかかっている妊婦さんは、早産や低体重児出産の危険性が7倍にもなると報告されています。歯磨きなどで出血することがなくとも、ぜひ歯科医院で予防法の相談をしましょう。

生まれたばかりの赤ちゃんのお口の中には、むし歯菌はいません。口移しでものを食べさせたり、大人が使ったスプーンや箸で赤ちゃんに食事をさせたりすることで、お母さんや家族からむし歯菌をもたらしてしまうことが多いのです。赤ちゃんが生まれてから、むし歯予防のスタートとして重要なのは、周りの大人、特にお母さんのお口のむし歯菌を減らすことが大切です。

「歯科健診・指導相談」は無料で受けられますので、ぜひこの機会にご利用ください。
(注意：治療を行った際は有料となります)

歯科医師・歯科衛生士などが、お口の状態に合わせて歯科保健指導・相談を行います。つわり中のブラッシング法や、はえたばかりの乳歯のブラッシング方法など、なんでもご相談ください。妊娠中および出産後1年以内の方は、3回まで無料で受けられます。(妊娠中の受診時期はかかりつけの産婦人科とご相談ください)

なお、受診の際には母子健康手帳交付時にお渡ししている「協力歯科医院」のリストの中から、ご希望の医院にご連絡ください。下記ステッカーがある医院で歯科健診の受診が可能です。母子健康手帳・健診カード・健康保険証をお持ちください。



問い合わせ

一般社団法人 粕屋歯科医師会
TEL : 712-1764
FAX : 741-9977

主催 粕屋歯科医師会
協力 粕屋医師会、粕屋薬剤師会、
粕屋保健福祉事務所、
粕屋地区市町(古賀市、新宮町、
久山町、篠栗町、粕屋町、志免町、宇美町、須恵町)

服部歯科医院 服部正彦

けんこうだより

3月9日は
脈(みやく)の日

脈でわかる病気があります。
それは… **心房細動** です!

脈のリズムがバラバラになる不整脈、心房細動に注意しましょう。
※脈とは→心臓が全身に血液を送り出す際に、動脈に生じる拍動。この拍動回数を脈拍数、心拍数という。

Q どうして心房細動に注意が必要なのですか？

A 脳卒中の約6割が、脳の血管が詰まることによって起こる脳梗塞で、そのうちの2~3割は、心臓にできた血の塊(血栓)が脳や頸の動脈につまることによって起こる心原性脳塞栓症です。心原性脳塞栓症の死亡率は2割と高く、4割の方には歩行に介助を要す状態になったり、寝たきりなどの重い後遺症が残る場合も多いのです。心原性脳塞栓症の原因の3/4は心房細動で、心房細動からの心原性脳塞栓症の発症予防は極めて重要です。

Q 心房細動は、どうしたらみつけれられるのですか？

A 不整脈を早期に発見するために、毎日「脈をチェックする」習慣をつけましょう。脈は自分で測ることができます。
動悸、ふらつき、胸痛、胸部の不快感があったら脈をとってみましょう。
自覚症状の無い人でも、脈の間隔が不規則だったら、心房細動の疑いがあります。

自分でできる脈の測り方



・安静時にリラックスした状態で測定することが原則で、運動後や頻りに体を動かした直後、入浴後など、脈拍の変動が生じやすくなっている状態のときは避けます。
・橈骨(とうこつ)動脈、上腕(じょうわん)動脈、総頸(そうけい)動脈の3か所で測ることができますが、一番測りやすいのは手首の関節の少し下(親指の付け根部分)に位置する【橈骨動脈】です。
・楽な姿勢で座り、落ち着くまで数分待つてから測定します。

正常な脈は、毎分60~100回 規則正しく拍動
心房細動(不整脈)は、毎分400~600回不規則に拍動

〈測定方法〉

部位	動脈	測り方
橈骨(とうこつ)動脈	人差し指の延長線上で、手首の始まりあたりから1~2センチ上	上の図の青い○印を、人差し指・中指・薬指の3本で、動脈に沿うように当てて測る
上腕(じょうわん)動脈	上腕の内側で、肘が折れ曲がる線から1~2センチ上	上の図の青い○印を、人差し指・中指・薬指の3本で、動脈に沿うように当てて測る
総頸(そうけい)動脈	下あごの骨の下(首)部分	測定する側の反対方向に顔を向け、青い○印部分に指先を軽く当てて測る

異常がある場合は、循環器内科を受診しましょう。循環器内科では心電図検査をはじめ、必要に応じて精密検査を行い、不整脈かどうかを診断します。

宇美町の集団健診では、全員の方に心電図検査を実施しています。
平成28年度の集団健診では、心電図検査の結果、複数の方に心房細動が見つかりました。

第29回 耳の日のイベント



日時 3月5日(日)10時~15時
場所 ソラリアプラザ1階セファ
(特設スペース)
(福岡市中央区天神2丁目2-43)

● 入場 無料

● 講演 「臨床検査値と薬剤師の活用方法」

① 竹島 晋一郎 先生

② 「アギ花粉症・アレルギーの免疫療法」

宗 信夫 先生

③ 「誤嚥性肺炎を予防しましょう」

永江 信吾 先生

④ 「耳鼻科よもやま話」

川口 博 先生

14時~14時20分

その他

聴力検査コーナー、睡眠時無呼吸コーナー、無料相談 など

問い合わせ

福岡地区耳鼻咽喉科専門医会広報担当
宿久耳鼻咽喉科 宿久修
TEL 5774-4187
FAX 5774-4786

問い合わせ

健康づくり課 健康推進係 ☎933-0777