

ほけんだより

ほけんだよりでは、皆様の健康を応援するため、予防接種などの情報を毎月お届けしていきます。
【問い合わせ】健康づくり推進室 TEL933-0777



妊婦健診からわかること 妊婦中のことだけではないのです

健康な妊娠期を過ごし、元気な赤ちゃんを出産するために定期的に妊婦健康診査を受けていただけるよう宇美町では補助券を交付しています。
現在交付している補助券の内容は1〜14回で基本健診（血圧測定、尿検査、体重測定）、血液検査、超音波検査などを行います。
妊娠中は、循環血液量が増え、代謝の変化があるためお母さんの体への負荷試験をしているのと同じで、20年後、30年後の身体の状態を赤ちゃんが教えてくれていると言われていきます。産後、何年も経っていてもお母さんの体の傾向を知ることのできる記録になっています。



妊婦健康診査結果の見方（基本的な検査から）

検査項目	妊娠中（診断は医師）			どんな傾向があるか？	
	どの段階でしょうか？	予防レベル	治療レベル		専門医での治療レベル
体格	BMI※	18.5~24.9 (ふつう)	~18.4 (やせ)	32~ (肥満)	妊娠高血圧症候群はその後の生活習慣病と関係があると言われています。お産後数十年経って、高血圧、脳血管障害、虚血性心疾患、糖尿病、高脂血症などのメタボリックシンドロームや腎疾患などを発症しやすいことが報告されています。
		25~31.9 (肥満)			
妊娠高血圧症候群	血圧 mmHg	収縮期(上) ~139	140~159	160~	
		拡張期(下) ~89	90~109	110~	
尿検査	蛋白尿	(-)【陰性】	(+)~ 【弱陽性】	(+++) 【強陽性】	
		(-)【陰性】	(+)~ 【弱陽性】		
妊娠糖尿病	尿糖	(-)【陰性】	(+)~ 【弱陽性】		
		随時血糖 (mg/dl)	~91	92~ 診断には糖負荷試験が必要です。	

※ BMI 計算法

まず、妊娠前の身長と体重からBMI（体格指数）を計算します。
 $BMI = (\text{kg}) \div (\text{m}) \div (\text{m})$
 (例) 身長158cm、体重50kgの場合
 $50 \text{kg} \div 1.58 \text{m} \div 1.58 \text{m} = 20.0$

BMI	判定	目標体重増加量
18.5~25未満	標準	7~12kg
25以上	肥満	6~8kg
18.5未満	やせ	9~12kg

《根拠》
 ○日本産婦人科学会周産期委員会(1998)
 ○日本妊娠高血圧症学会(2005)
 ○日本糖尿病・妊娠学会(2010)



高齢者インフルエンザ予防接種の接種期間があとわずかとなりました

初秋から冬にかけて流行するインフルエンザですが、個人の発病・重症化予防を目的として接種希望された対象者の方に10月より予防接種を開始いたします。対象者の方が公費負担で接種できる期間があとわずかとなりました。
接種の際は、予防接種の効果・副反応について十分理解したうえで、体調のよいときに予防接種をしましょう。

- ◆対象者
 - ①宇美町在住で、接種当日65歳以上の方
 - ②宇美町在住で、接種当日60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓又は呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（右記疾患で身体障害者手帳1級程度をお持ちの方）
- ◆接種期間 1月31日まで
- ※平成23年10月1日から接種期間内一人一回
- ◆接種費用 本人負担 1,000円
- ※対象者で生活保護世帯に属する方は、診療依頼書等を医療機関窓口にご提出していただき確認できれば、接種費用は無料。（公費負担上限額あり）
- ◆持参するもの
 - 健康保険証等の身分証明書（本人とわかるもの）

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン接種事業のお知らせ

◆接種場所（町内接種医療機関）
 ※接種時間等、詳細は医療機関にお問い合わせください。
 いりえ小児科医院、おかべ小児科クリニック、岡部病院、おがわクリニック、加来循環器科内科医院、粕屋南病院、楠原医院、神武医院、飛嶽内科医院、中川整形外科クリニック、中西内科クリニック、古川整形外科医院、山崎産婦人科小児科医院
 ※町外医療機関で接種を希望される方は、医療機関または健康づくり推進室にお問い合わせください。

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンは、任意の予防接種に位置付けられており、接種を希望された方のみ接種する予防接種です。
公費負担で接種できる期間があとわずかとなっています。 下記対象者で接種を希望される方は、お子さんの体調の良い時に予防接種の効果・副反応について理解したうえで、接種しましょう。

- 接種期間 3月31日まで
- 持参するもの 母子健康手帳
- 町内接種指定医療機関
- 接種時間等、詳細は医療機関にお問い合わせください。
- 接種費用は無料。（公費負担上限額あり）
- 持参するもの
 - 健康保険証等の身分証明書（本人とわかるもの）

予防接種の種類	接種対象者
子宮頸がん予防ワクチン	「中学1年生から高校1年生」及び「高校2年生で9月30日までに1回目接種した方」 1回目接種したワクチンを引き続き接種することになります。 ※1回目と違うワクチンを接種すると、2回目からは公費負担の対象となりません。
ヒブワクチン	生後2か月から5歳未満（5歳の誕生日の前々日までの接種） ※接種開始年齢で接種回数が異なります。
小児用肺炎球菌ワクチン	

※子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンを接種の際は、接種間隔を守って接種してください。
 ※接種の際は、原則保護者同伴です。保護者が同伴できない場合は、健康づくり推進室へお問い合わせください。
 ※健康被害等が発生した場合は、医薬品副作用被害救済制度の対象となります。
 ※町外の医療機関で接種希望の場合は、かかりつけ医または健康づくり推進室へお問い合わせください。