

新しい学年が始まって、ひと月が経ちました。気分も新たに頑張っている人、まだ馴染みきれていなくてなんとなく不安な人、いろいろな人がいると思いますが、みなさん少し疲れが出るころです。これから始まるゴールデンウィークを使って心も体もリフレッシュしてくださいね\*



### Q. 尿検査ってどうして必要？

先日、2日間にわたり尿検査を実施しました。その時多くの人からこんな声…  
「**なんのために検尿するん？**」「**めんどくさ～**」「**健康やから大丈夫～♪**」と検査を嫌がる人もちらほら…みなさんの健康状態をチェックするために欠かせない尿検査について解説します！！

### A. 腎臓の働きに異常がないか調べるための大切な検査です！

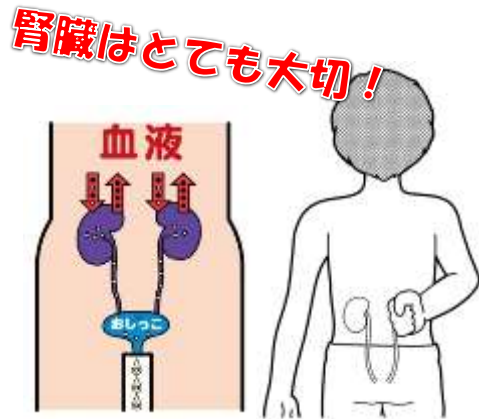
尿は、体内の健康状態によって、成分や色、量や回数が変化します。尿検査は**腎臓や泌尿器系の異常、糖尿病**などの病気を確認するためにとっても有効な方法です。

また、**腎臓病は自覚症状（むくみや血尿、高血圧、だるさなど）がないまま静かに進行し、気がついた時には手遅れになっている…**という病気でもあります。つまり、**早期発見には尿検査**しかありません！



#### 腎臓とは？

- \* 腰のあたり、**背骨の両側に1つずつある内臓。**  
大人の握りこぶし1つ分くらいの大きさです。
- \* **血液中のいらぬものをとりのぞき、尿を作る働き**をしています。
- \* **血液をつくるホルモンや血圧を調整するホルモン**を作ります。
- \* **骨を作るビタミンD**を作ります。



## 最新！保健ニュース ～麻しん(はしか)～

沖縄県を中心に、はしか(麻疹)の感染者が急増しています。台湾からの旅行者が感染源となり、同県内で旅行者と接触した人に感染が広がったと報告されています。

時折、日本で流行する麻しん。どんな病気で、どんな対策が必要なのでしょう。

#### ■はしかの感染力は「最強」クラス

はしかの原因となる麻疹ウイルスの感染力は、「最強」と言われていて、ウイルスが空気中を漂って、人から人へと感染します。たとえば、同じ室内にいただけで感染してしまいます。インフルエンザが感染するのは、咳やくしゃみの飛沫がとどく範囲内ですが、麻しんは同じ電車に乗っていても感染します。インフルエンザに比べると、その感染力は10倍と言われます。

#### ■はしかの症状は？

最初は、のどの痛み、結膜炎、鼻水やくしゃみといった風邪と似た症状が出てきます。発熱があっても38度台です。風邪のような症状が2～4日出た後、赤いぶつぶつ、発疹が出現します。最初は首のあたりに出て、それが全身に広がります。3～4日、そうした症状が続いた後はゆっくりと回復し、発疹も消えます。はしかの特効薬はないので、解熱鎮痛薬などを使いながら体の回復を待つことになります。

#### ■はしかの予防法は？

確実な予防方法はワクチンを接種することだけです。はしかのワクチンを2回接種すれば一生ものにできます。

しかし、1回だけだと数年を経て免疫が失われてしまいます。2回目のワクチンを接種できていないときは、すぐにワクチンを接種することで予防できる可能性があります。

※大阪府健康医療部保健医療室医療対策課HP「麻しん(はしか)について」にて、より詳しい情報が載っていますのでぜひご覧ください。



### 5月の検診は該当者のみです！忘れないように！

5月10日(木)	内科検診②(未受検者)
5月16日(水)	心臓2次検診(抽出者のみ) 歯科検診②(未受検者)
5月30日(水)	尿検査2次①(未受検者・抽出者のみ)

