



日中はまだまだ暑い日もありますが、朝晩は冷え込むようになり、体調を崩しやすい時期です。この時期はかぜにも気をつけたいものですが、そろそろ気になるのがインフルエンザ対策でしょう。インフルエンザ予防接種のタイミングや、最新情報が気になるところで。そんなときは、まずファミリー健康相談へ電話してみましよう！ ワクチンの最新情報の提供や、予防接種の受け方などをアドバイスしてくれます。

ヘルスアドバイザーから今月の一言

子供の偏頭痛

日本人の4人に1人が頭痛持ちと言われていています。頭痛は大人の病気と思われがちですが、子供にも起こります。とくに偏頭痛は子供に多い頭痛です。ただし、大人の偏頭痛とは少し違った現れ方をすることと、子供の「痛い」という訴えを信じないで、単にさぼっていると誤ってしまうことに問題があります。子供の偏頭痛は、①短時間型（大人の偏頭痛とは異なり、突然始まり、短く終わることが多く、本当に痛かったの？と思ってしまう）、②消化器症状を伴う（頭が痛いという症状より、腹痛、下痢症状に気をとられてしまう）、③大人の偏頭痛に見られる痛みや症状と同じではない（加えて、子供が詳しく痛みを表現することは難しい）、という特徴があります。そのため、診断に結びつかないことも多いのですが、子供のころから適切な対処をすることが、大人になってから偏頭痛で苦しまないで過ごせることにつながります。

ファミリー健康相談では、こんな相談が…

Q: 子供のときにインフルエンザ予防接種後にアレルギーが出たので、今回接種を受けようか悩んでいます

A: 子供のとき以来接種は受けておらず、卵アレルギーもないとのこと。接種前に皮内反応検査も可能なので、主治医に相談してみましよう。

Q: インフルエンザ予防接種の効果はどのくらい持続しますか？

A: 個人差はありますが、一般的に接種後2週間以降から5カ月程度とされています。

Q: 子宮頸がんワクチンの効果や、推奨度についておしえてください

A: 子宮頸がんの主な原因であるHPV16型と18型の感染を予防できるワクチンが推奨されています。3回の接種で10年から20年の効果が推測されています。

Q: 最近夫の口数が少なくなり、いらいらしている様子です。以前は挨拶もしてくれましたが、それもありません。男の更年期なのでしょうが？

A: 男性にも更年期症状が現れることがあります。悩み事や、ストレス、精神的な疾患も考えられます。一度ご主人の上司の方や、親しい友人、兄弟等にご相談されてはいかがでしょうか。



ご自分の健康、ご家族の健康で気になることがあったなら、ファミリー健康相談に相談です！相談専用電話番号は各健康保険組合のホームページまたは健康保険組合発行の冊子等をごらんください。