



9月17日は敬老の日です。健康意識の高まりで、高齢でも元気に過ごされている方がたくさんいらっしゃいます。とはいえ高齢者はご自分の体調不良には気づきにくいものです。まわりの方がいつもと少しでも違う様子に気がついたなら、ファミリー健康相談へ電話してください！ヘルスアドバイザーが的確に対応できるようアドバイスします。

ヘルスアドバイザーから
今月の一言

子どもの誤飲

電話相談には、お子さんの健康に関するトラブル相談もたくさんいただいています。なかでも季節を問わずたくさんいただく相談の一つに「誤飲」があります。誤飲の事例として、たばこ、お酒、輪ゴム、粒状のガム、石けん、新聞紙、ゼリー状の昆虫のえさ、母親の薬など、大人には思いもよらないものがあります。以前、乳幼児が飲み込むおそれがある「子ども用金属アクセサリ」の一部の製品から鉛の溶出が認められたため、消費者庁は誤飲防止を呼びかけていました。子どもの健康のために、製造者による安全対策は当然のことですが、大人が子どもの手の届く範囲から誤飲の恐れがあるものを遠ざけ、より安全な環境に気を配ることも大切なことです。



ファミリー健康相談では、こんな相談が…

Q: 40歳代以上は脳梗塞が多いと聞きましたが、本当でしょうか？ また注意する点があったら教えてください

A: 個人差はありますが、一般的には加齢に伴い血管の動脈硬化が進むことが原因と考えられています。予防には、血圧および体重のコントロール、バランスのよい食事と運動の習慣化、禁煙が大切です。

Q: 尿管結石で腹痛があり、受診する予定ですが、日常生活で気をつけなければならぬことを教えてください

A: まず、水分を多く摂るようにしてください。結石の種類がシュウ酸カルシウムなら、カルシウムを摂るようにし、シュウ酸を含む食品を摂りすぎないようにしましょう。

Q: 2週間前に耳下腺炎(おたふくかぜ)にかかりました。今日、高熱と頭痛の症状があるのですが、耳下腺炎が再発したのでしょうか？

A: 耳下腺炎が再発することはまれです。インフルエンザ等他の流行性疾患の可能性があるので、受診してみてください。ただし、嘔吐、けいれんを伴う頭痛がある場合はすぐ受診してください。

Q: 秋にも花粉症はありますか？

A: 植物では、ブタクサやセイタカアワダチソウ等が原因になることがあります。その他、ダニやハウスダストが原因になることが多いようです。



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。