

先天性風しん症候群予防のため 抗体検査料を道が助成します

風しんの免疫を保有していない女性が妊娠中に感染すると、胎児が白内障や心疾患、難聴などを持って生まれる「先天性風しん症候群」になる可能性があります。北海道では、「先天性風しん症候群」を防止するための対策として、出産経験のない女性等を対象に風しん抗体検査料を助成します。

○ 対象者

豊頃町に在住の方のうち

- ① 出産経験のない女性
- ② 出産経験がなく、かつ抗体のできない女性の配偶者(事実上婚姻関係のあるものも含む)並びに同居者
- ③ 妊婦(抗体価の低い)の配偶者並びに同居者
ただし、「過去に風しん抗体検査を受けたことがある」、「過去に2回の風しん予防接種を受けている」、「検査により風しんと判断されたことがある」方は除きます。

○ 実施内容

ご自身で協力医療機関に検査費用を支払った後、風しん抗体検査費用を助成します。

○ 助成金額

検査方法によって変わります。

EIA法 6,700円

HI法 5,300円

どちらかの検査方法により1回のみを限度として助成します。

○ 申請書類 提出先

北海道風しん抗体検査事業補助金交付申請書と領収書、並びに住所を証明する書類の写(健康保険証写、運転免許証写、はがき写等、なお、同居者の場合はご自分の住所地と対象女性の住所を証明する書類の写の提出が必要)を持って、帯広保健所に提出してください。(郵送可。ただし提出締切日必着)

○ 実施期間

平成29年4月1日～平成30年3月9日

○ 申請書提出期限

平成30年3月15日必着

○ 協力医療機関

北海道のホームページまたは帯広保健所にお問合せください。



【問合せ先】

北海道帯広保健所 健康推進課保健係
帯広市東3条南3丁目 十勝合同庁舎
TEL 0155-27-8637

詳しくは・・・【お問合せ先】保健センター ☎(574)3141

熱中症とその予防

6月になり、気温と湿度が上がり、蒸し暑さを感じる季節になりました。毎年この時期から8月にかけて、急な気温の上昇や湿度が高くなる時は室内でも熱中症にかかる方がいます。自覚症状を感じないまま脱水症状を起こすことがあるため、注意が必要です。

1日に必要な水分量は2.5リットル

人間の50～60%は水分でできています。体内の水分の必要量は年齢や体重によって異なりますが、一般的には、毎日約2.5リットルの水分が尿、便、汗、呼吸で失われるため、同量の水分を補う必要があります。

体内の1日の水分摂取・排出量

摂取・産出量		排出量	
飲料水	1,200ml	尿	1,400ml
食物の水分	1,000ml	便	100ml
代謝水	300ml	汗	700ml
		呼吸	300ml
合計	2,500ml	合計	2,500ml

ml=ミリリットル

自宅で作れる経口補水液

水1リットル ※必ず常温で
砂糖40グラム(小さじ4杯半)
塩3グラム(小さじ半)

経口補水液は薬局でも
取り扱っていますのでご相談ください。



特に気をつけたい高齢者の熱中症

高齢者は「暑いと感じにくい」「のどの渇きを感じにくい」「体内の熱放散能力が低く、体に熱がたまりやすい」「もともと体内の水分量が少ない」という身体的な特徴があるため、脱水症状を起こし熱中症にかかりやすい傾向にあります。熱中症の予防のため、次のことに注意しましょう。

- ① のどが渇いていなくても、こまめに水分を摂る
- ② 部屋の温度をこまめに測り、換気、扇風機等を利用し室温を28度くらいに保てるようにする
- ③ 1日1回、少し汗ばむ程度の運動をして体づくりをする

多量の発汗、のどの渇き、尿量の減少、めまい、立ちくらみ等軽い熱中症の症状が見られたときは、保冷剤で脇の下を冷やすなど体温を下げる工夫をした後、水分と電解質が体内にすばやく吸収されるようナトリウムとブドウ糖の濃度が調整された経口補水液が脱水症に有効です。

一度に大量の水分を摂ることは体に負担がかかるため、常温で少しずつ飲むようにしましょう。(体重1キログラム当たり30～50ミリリットルの補水液)50キログラムの体重の方で、1.5～2.5リットルを4時間くらいかけてゆっくり飲む)自分で水分を摂ることができ、10～20分で症状の改善がみられれば安心ですが、高齢者や乳幼児、持病のある方は重症になることがあるため、念のため病院を受診しましょう。

詳しくは・・・【お問合せ先】保健センター ☎(574)3141