

口の健康は、全身の健康を維持するうえでとても重要です。例えば歯周病で歯を失うと、食欲が低下したり、柔らかいものばかり食べて栄養が偏ったりして、心身の衰弱につながることもあります。

また、歯周病の状態が続くと口内の衛生状態が悪化し、体の免疫力が下がることで感染症にかかりやすくなるほか、動脈硬化を起こしている人の血管に歯周病菌が付着すると、より血管が狭くなりやすくなり、狭心症や心筋梗塞のリスクを高めるとされています。

口の健康を保つため、歯の状況や歯周組織の診査をする成人歯科健診を受けましょう。



✦口の健康は体の健康に

偏った食生活や、運動不足などの要因により内臓脂肪が過剰に蓄積すると、内臓脂肪から分泌される生理活性物質の作用により、血栓ができやすくなったり、高血圧・高血糖になったりします。これらはすべて、血管が硬くなり柔軟性が失われる動脈硬化の要因です。動脈硬化は血流障害につながり、高血圧、高血糖、脂質異常などが重なる、日本人の死因の第2位となっている※1心疾患や、第4位となっている※2脳血管疾患を引き起こす可能性が高くなります。

特定健診では40〜74歳の人を対象に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した診査をします。心疾患や脳血管疾患を予防する

るためにも、特定健診でこうした病気のリスクの有無を調べることが重要です。

※1 心疾患には、心臓の血管が狭くなり、一時的に心臓の筋肉への血流が不足する狭心症や、冠動脈が完全に詰まってしまい、心臓の筋肉に血流が届かなくなる心筋梗塞などがあります。

※2 脳血管疾患には、脳の血管が詰まる脳梗塞や、脳の細い血管が裂けて脳の組織の中に血腫(出血の固まり)をつくる脳出血、脳の太い血管にできた脳動脈瘤が裂けて脳の表面に出血するくも膜下出血などがあります。

✦心疾患や脳血管疾患の予防には特定健診

あなたのため、大切な人のため

特集

「がん検診」「特定健診」「長寿健診」「成人歯科健診」で病気の早期発見・予防を

日本人の死因の上位を占めるがんや心疾患、脳血管疾患、全身の健康状態に深く関係する歯周病——。これらの多くは生活習慣に起因する疾患で、検診・健診の受診が早期発見・予防の鍵となります。

☎保健福祉センター医療健診課健康診査・がん予防・新型コロナウイルス対策係 ☎(260)5662 ☎(260)1156

✦がんは早期発見が重要

死因第1位のがん

日本人の死因の第1位は、がんです。およそ2人に1人がかかり、3人に1人ががんで亡くなっています。

がん細胞は、正常な細胞の遺伝子に傷がついてできる、異常な細胞の塊の中でも悪性のもを指します。健康な人の体でも、毎日多数のがん細胞が発生していますが、免疫機能が働くことで、これらの細胞は破壊されます。しかし、加齢などにより免疫機能が低下すると、発生したがん細胞を死滅させることが難しくなり、がん細胞は増え続けて、他の臓器にも転移するようになります。

早期発見されれば約9割は治癒

発生したがん細胞は、目立った症状がないまま増え続け、10年から20年ほどで、一般的にがん検診で発見できる1センチ程度の大きさになります。その後はわずか1年から2年ほどで2センチ程度になり、それ以降は進行がんとして症状が現れていきます。

がんは2センチ程度以下の早期の段階で発見できれば、ほとんどの場合完治できます。自覚症状がなくとも、がん検診を受診し、早い段階でがんを発見することが重要です。

コロナ下でも検診・健診を受けることは重要です

新型コロナウイルス感染症の流行はいまだ収束していませんが、検診・健診の受診は不要不急ではありません。自分のためだけでなく、大切な人のためにも年に1度、検診・健診を受けて健康について考えてみませんか。

協力医療機関や集団がん検診の日程など、詳しくは3月末に検診・健診受診券と併せて対象となるかたに送付した「令和4年度大和市検診・健診ガイド」や市のホームページをごらんください。



検診・健診ガイド



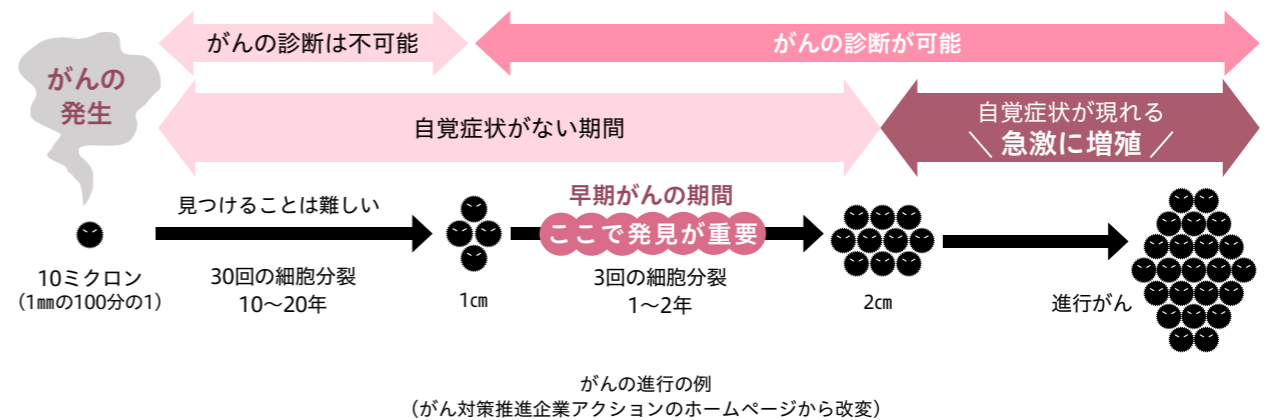
がん検診



特定健診・長寿健診



成人歯科健診



※文部科学省「がん教育推進のための教材」から抜粋。