

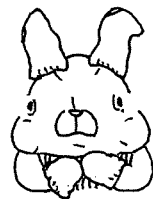


前期 おつかれさまでした

夏休み明けから急に冷え込み出ていますが、体調はいかがでしょう。

季節の変わり目は、心とからだのバランスがズレやすいときなので、普段よりも少し、自身のことを気にかけてあげてほしいと思います。

ほけん室の利用状況をまとめました。
生活の過ごし方を少し改善するだけで、不調やケカを起こしにくくなります。後期は、前期よりも、調子良く過ごせる日を増やしていきましょうね。



気温差が1日の中で、6～7℃あるときは、
・ゆっくり湯船に浸かろう
・耳をホットタオルで温める(耳を冷やさない)
と、自律神経がととのうので、オススメです。
帽子もいいネー!

ほけん室利用人数 (9月は概算)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	計
内科	17	41	29	20	33	30	170
外科	14	17	19	12	19	6	87
相談	2	17	11	12	0	20	62
計	33	75	59	44	52	56	319

心だから、配なさいあ



内科において多かったもの

- ① 頭痛
- ② 腹痛
- ③ 気持ち悪さ(はき気)

外科において多かったもの

- ① 皮むけ
- ② 関節痛
- ③ 打撲・筋肉痛

性教育講座 ～質問への回答編～

お話ししてくれた助産師さんより、お答えいただきました!

Q 性感染症にかかっても治るの?

A ほとんどの場合、薬の服用で治ります。たまに、注射や点滴をすることもあるが、入院・手術が必要になることは少ないです。ただ、自然治癒はしないため、治りようは必要です。

A 抗HIV薬が保険証を使用(3割負担)しても、1ヶ月で5～8万円ほどかかります。症状によってはもっとかかります。

Q エイズの治りよう費はいくらぐらいかかりますか?

Q エイズの治りよう方法は?

A 今のところ、HIVを完治させる薬はありません。おさめんえき抗HIV薬をのみ続け、エイズウイルスの増殖を抑え、免疫力を維持する治りよう方法になります。

A 女性主体のIUD(子宮内避妊器具)があり、子宮内に小さな器具を入れて、受精卵の着床を防ぎます。ピルと同等の効果が得られ、入れてからも最長5年間効果があるので、月経困難症などの治りようにも用います。

Q 避妊の種類の種類は他にありますか?

A 男女ともに「不妊手術」があります。男性は、精管を切除し、しばる手術(パイカット)女性も、卵管をしばる手術で、子どもを数人出産した女性が多いです。

A 性感染症や子宮頸がんになっても、妊娠可能。ただし、流産や赤ちゃんが障がいをもって生まれるリスクが高まります。妊娠をきっかけに、検査を受けて発覚することも多く、妊娠中に治りようすることもできます。

Q 病気にかかって無症状でも子どもはできますか?

Q 赤ちゃんを出産する時間はどのくらい?

A 初めての出産では、平均12～20時間くらい。出産経験者では、平均5～6時間くらいですが、個人差がありますね。

A 流産の確率は、約15%と言われ、めづらしいことではないです。助産師は、手術後の患者さんの看護もしていますよ。

Q 流産をみた経験はありますか?

Q たまに月経が来ない月があるが、病院に行った方がよいでしょうか?

A どのくらいの期間きていないかによるが、2～3ヶ月来ないときは、受診した方がよいと思います。