

保健師だより



第 212 号
2020 年 11 月
神奈川県建設連合
国民健康保険組合
藤田

新型コロナウイルス感染症への感染の懸念から病院への受診を控えてしまっていないですか？医療機関では院内感染防止のガイドライン等に基づき、感染対策に取り組んでいます。我慢せずに、適切に受診して健康管理をしましょう。

医療費から受診控えが顕著に！

今年度 4 月から 6 月の建設国保の医療費は、昨年度比で 2 割減、特に 6 歳までの未就学児の医療費が前年度比で 5~6 割減と、受診控えの傾向が顕著に現れていました。



健康管理は受診の継続がかなめ

薬が切れてしまい自己判断で飲むのを止めたり、定期的に受けている治療を中断したりすると、症状を悪化させてしまい、そのために新型コロナなどのウイルスに対抗できない状態になることがあります。持病の通院は指示のある日に必ず受診しましょう。



早期がんを発見できる時間は、たった1~2年



1つのがん細胞が1cmの大きさになるまでには約10年かかりますが、そこから2cmになるまでには1~2年しかかかりません。早期がんの発見のチャンスはこの1から2年の間といわれています。毎年度の検診を受けることが早期発見につながり、早期治療が可能となります。

がん以外にも自覚症状のない病気は少なくありません。健康診断は毎年必ず受けましょう！

健康診断は、
継続で効果を発揮
毎年受診！

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医を持つと、継続して診療を受けることでこれまでかかった病気や症状を把握されやすく、身体の変化があった時に病気の早期発見や予防にもつながります。

また、専門的な検査や治療が必要になった場合も専門医療機関にスムーズに紹介してもらうことができます。

調子が悪いなと思った時になんでもすぐ気軽に相談できる、かかりつけ医を持ちましょう！

※健康診断の結果で指摘がある場合は、ためらわずになるべく早めに再検査や精密検査を受けましょう！

発熱などの症状がある時の受診方法は？



かかりつけ医など近隣の医療機関に電話相談し、「どの医療機関を受診すればよいか」「どのタイミングで受診すればよいか」の指示を受け、電話で予約をしてから受診しましょう。