

※新型コロナウイルス感染症の状況により、イベントなどが中止となる場合もあります。実施の有無については、お問い合わせください。

地域保健課 ☎337-3125 ☎337-3126

♥ 献血にご協力を

【時】【所】

●松原市役所
6月24日(木)
午前10時～正午
午後1時～4時30分

※400ml献血のみ

【問】松原市社会福祉協議会
(☎333-0294)

とき	ところ
6月3日(木)	弁天苑
6月17日(木)	松寿苑
6月24日(木)	松南苑
7月6日(火)	新町福寿苑
7月7日(水)	つるかめ苑
7月15日(木)	恵寿苑
7月27日(火)	天美荘
7月29日(木)	高見苑

【時】(所)左表参照、午後1時30分～2時30分【対】60歳以上の市民【備】マスクを着用してお越しください。
【問】地域保健課

看護師による健康相談



高田泌尿器科(上田2丁目)
院長 高田昌彦



松原市歯科医師会

前立腺がん検診のすすめ

前立腺がんの患者数は徐々に増加しており、2017年の日本での新規患者数は約9万人となり、これからも増えていくと推測されています。前立腺がんの早期発見に役立つ検査に、血液検査だけで判定できる、PSA (Prostate Specific Antigen、前立腺特異抗原) というものがあります。PSAは、前立腺から分泌されるタンパク質で、血液中にどれだけ存在するかを測定します。PSAの正常範囲は4.0ng/ml以下ですが、良性の前立腺肥大症などの前立腺ガン以外の病気でも上昇することがあり、数値が高いからと言って、必ずしも悲観することはありません。

PSA測定に当たり、検査結果に影響を与える要素に射精があります。射精をするとPSAが上昇するため、検査の前、最低2日間は射精しないようにしてください。さらに、尿に異常があっても上昇することがあるので、できれば検尿を受け、異常がないか確認するようにしてください。

前立腺がんのスクリーニングは、日本では一般的に50歳以上の男性を対象にPSA検査を実施しますが、松原市では、今年度も松原市民で40歳以上の男性は、年に一回無料でPSA検査が受けられます。ぜひこの機会にお受けになってみてはいかがでしょうか。

新型コロナウイルスと口腔ケア

口の中の細菌、特に歯周病原細菌を減らすことで、かぜやインフルエンザのウイルスが細胞へ付着することを阻害できることが明らかになっています。新型コロナウイルスもインフルエンザウイルスと同じ付着様式であるため、適切な口腔ケアは感染予防に有効です。

また、口腔ケアは新型コロナウイルスによる肺炎の重症化の予防にもなります。新型コロナウイルスによる肺炎は、細菌性肺炎との合併で重症化することが指摘されています。特に高齢になるとお口の働きが悪くなる口腔機能低下症という状態になる人もいます。そうなると知らないうちに唾液を誤嚥してしまう不顕性誤嚥が起きやすく誤嚥性肺炎のリスクが高くなります。

しかしながら、歯磨きの実施には注意が必要です。というのは、ウイルスに感染すると唾液中にもウイルスが混入するからです。歯磨き時はどうしても、自分の唾液に触れたり、唾液の飛沫を飛ばしてしまいます。昼食後、複数人が職場の洗面所に集まり歯を磨いたことがきっかけで発生したと思われるクラスターも報告されています。

家庭内感染を防ぐためにも「3密や飛沫を避ける」という感染対策の原則は、自宅での口腔ケア実施時も徹底しましょう。具体的には、洗面所は換気を良くし一人ずつ歯を磨くことですが、歯を磨くとき歯ブラシを持たない方の手で口を覆ったり、口の中のものを吐き出すときに顔をシンクに近づけて低い位置で行うことが飛沫拡散防止になります。飛んでしまった飛沫については、アルコールを含むウェットティッシュで鏡やシンク周りを拭いておけば、次の人も安心して使用できます。

