




国民健康保険病院で 骨粗しょう症検診が受けられます！

骨粗しょう症とは、骨の量が減少しスカスカになり骨折しやすい状態をいいます。骨折してしまうと、日常生活が不便になるだけでなく、骨折した部位によっては介護の原因になります。定期的に骨粗しょう症検診を受け、食事や運動で予防をしましょう！

【日 程】	9月1日(金)～10月31日(火) ※土・日、祝日は行っておりませんので、ご注意願います。
【受付時間】	午前8時45分～午前11時30分 午後1時～午後5時
【場 所】 	豊浦町国民健康保険病院 ※直接病院の受付で「骨粗しょう症検診を受けに来ました」と申し出てください。(事前にお申し込みの必要はありません。)
【対 象 者】	20歳以上の豊浦町民 ※すでに骨粗しょう症で通院治療されている方は対象外ですので、ご了承願います。
【料 金】 	500円(70歳以上の方は200円) ※平成29年4月1日時点で、20歳、25歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の女性は検診料金が無料となります。 ※生活保護の方は無料となりますので、受付の際にお申し出ください。
【そ の 他】 	<ul style="list-style-type: none"> 検診結果で投薬が必要となる場合もありますので、お金と保険証をご持参ください。 検査はX線を使った検査(放射線量は胸部レントゲン撮影の約1/10)で、腕の骨で調べます。短時間で終わりますが、医師の診察があるため、多少待ち時間がかかる場合があります。

※10月22日(日)の乳がん・子宮がん検診と合同の集団検診(女性のみ)、平成30年2月3日(土)の健康診査等と合同の集団検診でも、骨粗しょう症検診が受けられます。

骨量のピークは20～30代です。10代までは摂取したカルシウムの70～75%以上が吸収されますが、その後は徐々に吸収率が低下します。また、健康な人であっても、加齢に伴って骨量が下がっていきます。特に、女性は閉経後、カルシウム低下が顕著に現れるのが特徴です。

骨粗しょう症にならないためには、若い頃からカルシウムの摂取や適度な運動等を心がけることが大切です。他にも、カルシウムの吸収を助けるビタミンD・ビタミンKの摂取や、体内でビタミンDをつくる日光浴がお勧めです。



【お問い合わせ先】 豊浦町国民健康保険病院 ☎ 83 - 2228
やまびこ 保健センター ☎ 83 - 2408