

～夜間・休日診療、救急車利用についてのお願い～

症状に緊急性がなくても、「夜間の方がすいている」、「平日は仕事がある」などの理由で夜間や休日に救急外来を受診したり、「便利だから」と救急車を呼んだりする方がいます。このような方が増えると、救急医療を必要とする重症患者への治療や処置の遅れにつながりかねません。

意識がないなど、緊急・重症の場合は迷わず119番に通報し、症状が軽い場合は、まずかかりつけ医に相談してみましょう。かかりつけ医と連絡がとれない、翌日まで待てないが比較的症状が軽い場合は、在宅当番医などの初期救急医療施設を利用してください。

限られた医療資源を本当に必要としている方が利用できるよう、適切に救急医療を利用しましょう。



お問い合わせ 千葉県健康福祉部医療整備課
TEL 043-223-3879

9月24日～30日は結核予防週間です!!

～日本の結核罹患率は先進国の中でも高い～

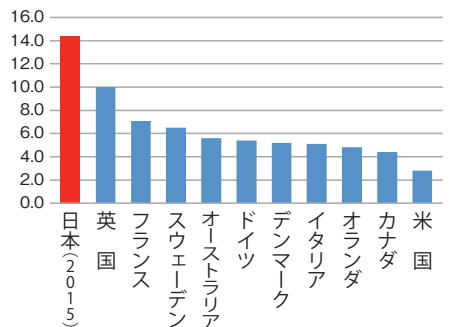
結核は、明治時代から戦後までの長い期間、「国民病」と恐れられていました。医療や生活水準の向上により、薬を飲めば治る病気となりましたが、結核は過去の病気ではありません。

平成27年の1年間で、日本全国では18,280人、千葉県では878人の方が結核を発症しています。日本の罹患率(人口10万対患者数)は14.4であり、米国の2.8と比較すると約5倍となっており、他の先進国に比べ罹患率が高い状況にあります。

また、20代～50代の働き盛りの世代の発症が約4割となっており、高齢者だけではなく、全世代で結核に対する認識を持つことが必要です。

これらの状況を踏まえ、千葉県は、平成32年(2020年)までに罹患率10.0以下を目標とした、更なる結核対策を推進することといたしましたので、次の点に注意し、結核の早期発見・早期治療に努めてください。

諸外国(2014年)と日本の結核罹患率



(諸外国のデータは、Global Tuberculosis Control WHO Report 2015より)

- ・結核の初期症状は、風邪とよく似ています。2週間以上咳が続くようでしたら、必ず医療機関を受診し、胸部エックス線検査とたんの検査を受けましょう。
- ・職場等での健診の対象者の方又は市町村で行っている結核住民健診の対象者(65歳以上)の方は、必ず健診を受けましょう。
- ・健康診断等で異常を指摘された場合は、速やかに専門の医療機関を受診しましょう。
- ・日ごろから健康的な食事と十分な睡眠で、疲労をためないからだづくりを心がけましょう。

お問い合わせ 千葉県健康福祉部疾病対策課 TEL 043-223-2665

かけがえのない命を守りたいー自殺対策ー

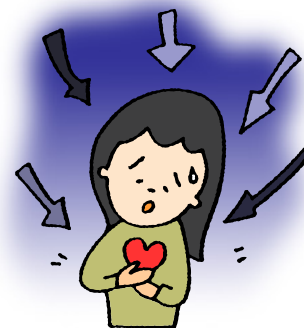
▶ 24分に一人の方が自ら命を絶っています

警察庁の統計によれば、平成28年に自ら命を絶たれた方は、全国で2万1,897人であり、5年連続で3万人を下回りました。しかし、依然として1日に60人、24分に一人の方が自ら命を絶っていることとなります。千葉県においても1,038人の方が自ら命を絶たれる大変痛ましい状況であり、県、市町村及び各種団体が連携して総合的な自殺防止策に取り組んでいるところです。

▶ あなたやあなたの大切な人が悩んでいたら…一人で悩まず相談を

もし、あなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。

また、大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、ぜひ声をかけてみてください。そして、その人が悩みを話してくれたら、話をそらしたり、「そんなことで」と否定したり、安易に励ましたりせず、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介してあげてください。その後も、「何かあったらまた話して」と寄り添い、温かく見守ってあげてください。



相談先の一覧 「こころの健康、悩みなどの相談窓口」

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kokoro/soudanitiran.html>

▶ 県民の皆様へ

自殺はその多くが「心理的に追い込まれた末の死」です。自ら命を絶つ方は、本当は生きていと強く願いながら、様々な事情により自殺以外の選択肢が考えられない精神状態に追い込まれたり、精神疾患を発症し正常な判断ができない状態になると言われています。

話をよく聴き、一緒に考えてくれる人(=ゲートキーパー)がいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。

家族や友人が借金や病気等で悩んでいたら、どうか声をかけてあげてください。そして、その人の心の声を聴いてください。それだけで気持ちが楽になるものです。



参考資料(ゲートキーパー手帳)

http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12200000-Shakaiengokyokushougaihokenfukushibu/gatekeeper2_2.pdf

※ 9月10日(世界自殺予防デー) から9月16日は自殺予防週間です。千葉県では、首都圏の九都県市と連携して自殺予防に関する取組活動を行います。

お問い合わせ 千葉県健康福祉部健康づくり支援課 TEL 043-223-2668