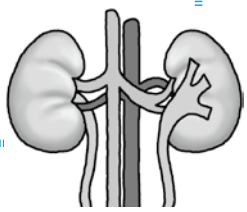
≪3月の第2木曜日は、世界腎臓デー≫

平成25年の世界腎臓デーは、**3月14日(木)**です。



慢性腎臓病(CKD)をご存じですか？

★ 慢性腎臓病（CKD）とは…

「腎障害」か「腎機能低下」のいずれか、
あるいは両方が一定期間以上続く状態のことです。

成人の8人に1人はCKDだと推計されています。

【CKDはなぜ危険？】

★ 初期の段階では、自覚症状がありません！

⇒自覚症状があらわれた時には、病気が進行していることがほとんどです。

【CKD悪化で起こる自覚症状】
・むくみ　・だるさ　・貧血　・吐き気　・食欲不振　など

★ 腎臓の機能は、一度低下すると元には戻りません。

⇒病気が進行すると、腎不全に陥り、人工透析が必要になってしまいます。
また、脳卒中や心筋梗塞などの危険性も高まります。

腎臓を守るための減塩講習会　～知ろう！防ごう！CKD～

「新たな国民病」とも言われる慢性腎臓病について、生活習慣や健診結果と腎臓の深い関わりや、日常生活での予防法など、詳しく解説します。
簡単な調理実習もあります。ぜひ参加して下さい！

- 日にち：3月26日(火)（9：00～　受付）
- 時　間：①9：30～13：00　/　②13：00～15：00
- 内　容：①腎臓の話、調理実習　/　②予防についての話
- 場　所：揖斐川保健センター　2階
- 持ち物：エプロン、三角巾、布巾、健診結果
- 実習費：200円
- 定　員：15名
- 申し込み締め切り：3月18日(月)

【お問い合せ・お申し込み先】揖斐川保健センター　℡23－1511

3月1日から3月7日は子ども予防接種週間です

「麻しん」および「風しん」混合予防接種は接種されましたか？

予防接種の対象者は、
1期　生後1才以上2才未満児
2期　就学前1年間にある児
3期　中学1年生に相当する年齢
4期　高校3年生に相当する年齢

ジフテリア・破傷風二種混合予防接種は接種されましたか？

予防接種の対象者は、11歳以上13歳未満の児（平成24年4月に小学校6年生に個人通知をしています）

まだ、予防接種を受けていない方は、体調の良いときに、揖斐郡内の医療機関へ予約して接種しましょう。

接種の際は、予診票と母子健康手帳を持参してください。（予診票がない方は揖斐川保健センターにご連絡ください。）

【お問い合せ先】
揖斐川保健センター
℡23－1511