保健センターからのお知らせ

40歳以上の皆さん、胸部レントゲン検診は受けましたか？

次の日程で、胸部レントゲン検診（集団）を追加で実施します。まだ、受診が済んでない人は、受診しましょう。



▶日程および会場

日　時	受付時間	会　場
11月4日（火）	9時30分～10時30分	市保健センター
	18時30分～20時	
11月10日（月）	9時30分～10時30分	有明保健センター
※右記の日程でも、胸部レントゲン検診を実施しています		

▶検診料　無料
▶持参品　健康手帳
▶その他　検診会場で、大腸がん検診を希望する人に採便容器を配布します

▶問い合わせ先
市保健センター（☎64-7713）
有明保健センター（☎68-5335）

島原市国民健康保険に加入の40歳～74歳までの皆さん、特定健診は受けましたか？

次の日程で、特定健診（集団）を追加で実施します。また、同時に胸部レントゲン検診も実施します。まだ、受診が済んでない人は、早めに受診しましょう。

なお、個別健診は、市内指定医療機関で11月29日（土）まで受診できます。

▶日程および会場（受付時間：13時～14時）

日　時	会　場
11月　4日（火）	市保健センター
11月　5日（水）	森岳公民館
11月　6日（木）	白山公民館
11月　7日（金）	安中公民館
11月10日（月）	有明保健センター
11月12日（水）	医師会館
11月13日（木）	三会農村環境改善センター

▶健診料　無料
▶持参品　島原市国民健康保険証、特定健康診査受診券、介護保険証（お持ちの人のみ）



健康コラム

治らない痛み「慢性疼痛」について

長崎県島原病院　麻酔科
ペインクリニック　柴田 茂樹

●慢性疼痛（とうつう）とは

慢性疼痛は3カ月以上続く痛みで、関節リウマチや変形性膝関節症などの慢性疾患による痛みのほかに、脳卒中・脊髄損傷後の痛みや糖尿病性神経障害による痛みなど神経が傷ついて生じる痛み、ケガや手術の傷が治った後も残る痛み、腰痛症や線維筋痛症など原因がよく分からない痛みなどその原因はさまざまです。我が国のがんによる痛みを除く慢性疼痛の有病率は約23%、全国でおよそ2000万人が慢性疼痛に苦しんでいると言われています。

●痛みが治らない理由～痛みの悪循環～

痛みが生じたときに適切な治療をせずにそのまま放っておくと、血行の悪い状況が続いて「痛みを起こす物質」が多く作られるようになります。

この「痛みを起こす物質」は血管を収縮させるため、さらに血行を悪化させ「痛みを起こす物質」が増える、という悪循環を引き起こします。

そのために痛みの原因がなくなっても痛みを取り去ることができず、痛みにばかり注意が向いて眠れなくなり、不安や恐怖からうつ病になってますます痛みにとらわれて症状が重くなるという事態に陥ることもあります。

●慢性疼痛の予防と治療

原因が何であっても痛みがあれば我慢せず、速やかに適切な治療を行うことが大切です。痛みが治まらず長引く場合は、慢性疼痛に移行してしまったかもしれません。慢性疼痛は通常の痛みの治療が効かないことが多く、特殊な治療を必要とすることもあるため、できるだけ早くかかりつけの医療機関に相談してください。

▶問い合わせ先　島原病院（☎63-1145）