

息切れ、せき、たん ひょっとしてCOPD?

~COPDは喫煙等による肺の慢性的な炎症で呼吸困難になる病気です~

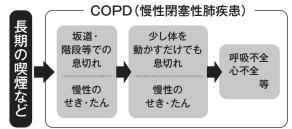
肺の生活習慣病「COPD(シー・オー・ピー・ディー)」とは

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、たばこの煙などによって、肺の中の気管支に炎症が起きたり、気管支の奥に ある肺胞が破壊されて、徐々に呼吸障害が進行する病気です。主に慢性的なせきやたん、息切れなどの症状が起

こり、進行すると呼吸不全や心不全により死亡してしまう恐ろし い病気です。

また、長期間の喫煙などによって、年齢に伴う通常の変化以 上に肺の機能低下が進むことから「肺の生活習慣病」とも言わ れます。

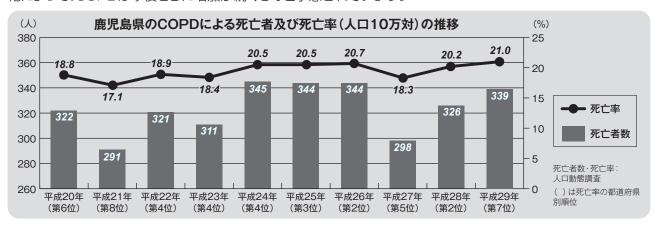
さらに全身の健康状態にも影響を及ぼし、脳血管障害、糖尿 病、骨粗鬆症、抑うつなど様々な病気の併発がみられます。



COPDの現状

鹿児島県では、COPDが県民の主な死因の第10位(平成29年)となっており、その死亡率(人口10万人当た りの死亡者数)は、全国ワースト7位(平成29年)と非常に高くなっています。

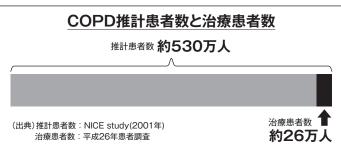
わが国のたばこの消費量は近年減少傾向にありますが、過去のたばこ消費による長期的な影響と急速な高齢 化によって、COPDは今後さらに増加が続くものと予想されています。



COPDの受診

全国のCOPD(慢性閉塞性肺疾患)の推計患者数は約530万人ですが、このうち実際に治療を受けている人は 約26万人です(平成26年)。全国で500万人以上がCOPDであることに気づかず、診断や治療を受けていない 状況にあると推測されます。

息切れ、慢性のせき・たんなど、気になる症状の ある方は、早めに、かかりつけ医や呼吸器専門医に 相談しましよう。現時点ではもとの健康的な肺に戻 す治療法はありませんが、少しでも早く治療を開 始することで、健康状態の悪化を防ぎ、日常生活を 維持·改善することができます。



COPDを予防するには

DCOPDは、その原因の90%以上が喫煙によるものです。早く禁煙することで、発症を予防 できる可能性が高まります。

「今、たばこをやめれば間に合います。」







お口の健康と全身のかかわり

口は生命を保つための入り口です。

食べることは命を支える うえで大切なことです。栄 養をしっかり取り込み、おい しく食べるためには、「歯」と 「口」の健康は欠かすことが できないものです。



|口は大切なコミュニケーション器官です。

人の口は、食べるだけでなく、話す器官でもありま す。歯や口の周囲の筋肉は、発音に大きく関係してい ます。また、歯が抜けることで顔や形や相手に与える印 象が変わったり、日常生活にも支障をきたす可能性が あります。



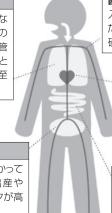
口は全身の病気と深い関係があります。

歯と口の健康のためにも禁煙に努めましょう

喫煙習慣があると、歯周病を発症・進行する リスクは2~9倍に高まる。

肺の病気に

飲み込む力が弱くな ると、歯周病菌などの 口の中の細菌が気管 や肺に入り込むこと で肺炎になり、死に至 ることもある。



血管の病気に

歯周病菌が血管の中に 入り込み、炎症を起こし た血管に付着して、動脈 硬化を悪化させる。

心臓の病気に

心臓の内側の膜「心 内膜」に**歯周病菌**が 感染し心臓の動きが 低下する。

糖尿病に

糖尿病が**歯周病**を悪 化させ、また、歯周病が 糖尿病を悪化させる。

低体重児出産に

母親が**歯周病**にかかって いると低体重児出産や 早産を起こすリスクが高

エイズについて考えよう!

11月16日~12月15日は「鹿児島レッドリボン月間 | です。

WHO(世界保健機関)は、1988年にエイズのまん延防止と 患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的とし て12月1日を「世界エイズデー」と定めました。

鹿児島県では、「世界エイズデー」を中心とした1か月間(11 **月16日~12月15日)を「鹿児島レッドリボン月間」**と定め、正 しい知識の普及啓発及び感染等の早期発見を目的として、以下 のような取り組みを行います。

令和元年度「世界エイズデー| キャンペーンテーマ

UPDATE! 話そう、HIV/エイズのとなりで ~検査・治療・支援~

エイズ予防推進街頭キャンペーン

日時 11月18日(月)17:30~18:30

場所 鹿児島中央駅

内容 啓発グッズの配布

HIV(エイズ)休日・平日夜間検査

県内の保健所で休日·平日夜間に原則無料でHIV (エイズ)検査を 実施します。

※要予約(鹿児島市保健所は予約不要)

※検査日程については、県ホームページ又は各保健所へお問い合わせください。

●各保健所問い合わせ先●

保健所	電話番号	保 健 所	電話番号	保 健 所	電話番号
鹿児島市保健所	099-803-7023	出水保健所	0996-62-1636	西之表保健所	0997-22-0018
指宿保健所	0993-23-3854	大口保健所	0995-23-5103	屋久島保健所	0997-46-2024
加世田保健所	0993-53-2315	姶良保健所	0995-44-7956	名 瀬 保 健 所	0997-52-5411
伊集院保健所	099-273-2332	志布志保健所	099-472-1021	徳之島保健所	0997-82-0149
川薩保健所	0996-23-3165	鹿屋保健所	0994-52-2106	県庁健康増進課 099-286-2730	



レッドリボンは、エイズに苦しむ人たちへの理解と支援を示すシンボルマークで、あなたが「エイズに 対して偏見を持っていない」「エイズとともに生きる人々を差別しない」というメッセージが込められて います。