

元気元気レター

第4号（平成25年11月発行）

発行

滋賀県湖東健康福祉事務所

（彦根保健所）

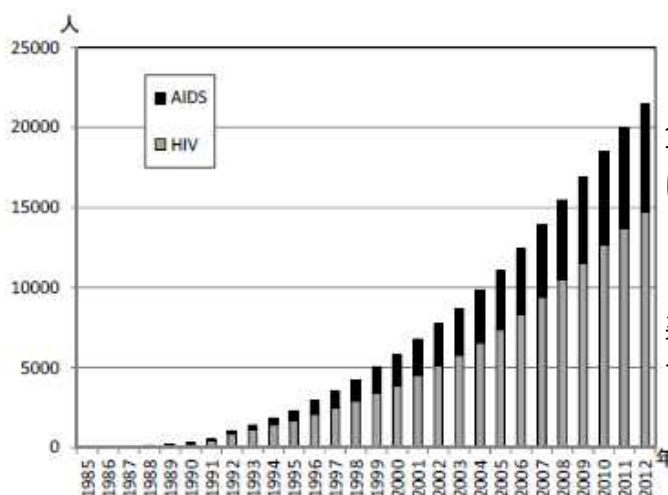
健康づくり担当



12月1日は世界エイズデー！

近年、エイズ患者・HIV感染者は、20～30歳代の若い世代を中心に増加し続けています。正しい知識を知り、正しく予防しましょう！

図1. 2012年までの累積報告数（日本国内）



HIV感染者・・・HIVとはヒト免疫不全ウイルスのことで、このウイルスが身体に侵入した人をHIV感染者といいます。

エイズ患者・・・HIV感染者のうち、日和見感染症(健康な人は発症しにくい感染症)を発症した人をエイズ患者といいます。

(出典：平成24(2012)年エイズ発生動向 - 概要
- 厚生労働省エイズ動向委員会)

まずは正しい知識を！

医療の進歩により、エイズは正しい治療を行えば社会参加も十分可能です。

HIVは誰もが感染する可能性があります。しかし感染経路は限られており（感染経路の約90%は性行為による感染）、十分に予防が可能な疾病です。食事や入浴、便座、電車のつり革等、普段の社会生活において感染はしません。

平成24年度、日本における新規HIV感染者は1002件、エイズ発症者は447件、計1449件の報告がありました。1日に約4人新たにエイズ患者・HIV感染者が見つかっています。

HIVは感染していても症状はほとんど無く、感染しているかどうかは検査をしなくてはわかりません。

彦根保健所では匿名かつ無料で検査を実施しています（予約制）。毎月、第1・第3火曜日の13:30～15:00に実施しておりますので、検査を希望される際は彦根保健所までご連絡下さい。

（彦根保健所：TEL 0749-21-0284）

11月11日から17日は糖尿病週間です。

あなたは今までに糖尿病や糖尿病疑いといわれたことがありますか？

はい。

そのまま放置している方は、かかりつけ医に相談しましょう

糖尿病と診断された方は定期的に受診しましょう

糖尿病とは

日本人の糖尿病患者の9割はインスリン非依存型といわれる糖尿病です。食べ物内のブドウ糖は体内に取り込まれると、エネルギーとして消費されます。しかし、体内に入ってくるブドウ糖が多すぎると消費できなったり、インスリンの働きが弱いとブドウ糖を上手く消費できなったりします。その結果血糖値が高くなります。

放置するとさまざまな合併症を発症します。

糖尿病の合併症

自覚症状が現れにくいためなかなか気がつかない。

そのため気がついた時にはかなり病気が進んでいることも少なくありません。



肥満の改善や運動など生活習慣の改善や定期受診でしっかり血糖値をコントロールして合併症を予防しましょう。

「糖尿病の治療を放置した働き盛りの今」厚生労働省作成

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001qjv4-att/2r9852000001qkiw.pdf>

「滋賀糖尿病ネットー糖尿病療養お役立ち情報」

<http://www.shigadm.net/public>