



新しい学年が始まり、新しい気持ちで、日々、勉学にスポーツに打ち込んでいることと思います。

3、4月に実施の「健康診断」を受けましたか？まだ300人ほどの学生が「健康診断」を受けておりません。再検査の学生も200人ほどまだ保健室に来られていません。今からでも遅くありません。健診を受け、異常所見のある人は、大至急再検査を受けましょう。



身長、体重、視力、聴力、尿、胸レントゲン等、異常ありませんでしたか？

何をするにも「健康」でないと本来の力が発揮されません。本来の力を発揮できるよう自分の体の状態を知り、常にメンテナンスを行い、「健康」を維持し、そして、自分自身を管理してください。そのためには、「自分の体を知る」ということで、毎年の健診の結果、今までの病気や怪我の治療、アレルギー(薬、食物)等も記録し、大学生活の体調管理を自分自身でやってみることから、はじめてみましょう。



健診の項目内容は、1・4年は、身長・体重・視力・聴力・眼科・耳鼻科・皮膚科・心臓・胸部 X-P・結核・検尿です。

2・3年は、胸部 X-P・結核・検尿です。これらの項目をチェックすることで、症状がでていなくても、病気を発見することができます。例えば、検尿は、腎臓、肝臓、すい臓の病気がわかります。胸部 X-P で、肺疾患、「肺結核」に罹っているか等わかります。1年に1回の健康チェックは、最低限の健康管理です。



## <肺結核について>

肺結核とは、**結核菌によって炎症を起こす疾患**です。肺結核を患っている人の咳やくしゃみなどから、排出された結核菌を吸い込んで、肺にまで菌が及ぶと感染します。感染ルートは、**飛沫感染(空気感染)**です。

症状としては、咳と痰と微熱が続き、息苦しい、食欲ないなどの症状があらわれますが、風邪の症状に似ているため、放置してしまい、重症になってからの受診が多い現状です。集団感染を起こしてしまうこともあるので、**咳、微熱が、2週間以上続いたら、病院受診**が必要です。

大都市の住所不定者や不法滞在者などの間で感染が広がっており、その中でも**大阪は日本で一番結核罹患率が高い**地域で、本学でも昨年度一部の学生の中で集団感染がありました。

感染しないための予防策は、**免疫力を高めておく**ことです。感染しても発症しにくくなります。免疫高めるには、バランスのとれた栄養のある食生活、睡眠しっかりと、適度の運動をすること。そして、**大学での健康診断をきちんと受ける**ことが大切です。

