



被ばくについて、横堀診療放射線技師から、レントゲン検査やCT 検査などで被ばくする線量は、健康に影響を及ぼす可能性の線量と比較すると、極めて小さく、検査には、病気の早期発見や診断の確定、治療効果の確認など大きなメリットがある。

一方で、いわゆる「医療被ばく」による被ばく量がいくら少ないとは言え、むやみやたらにレントゲン検査などを行うことはしない等、具体的な数値を示して解説されました。



土橋病院長からは、インフルエンザについて次のような講話がありました。

○インフルエンザから身を守るためには？

- ・正しい方法で石けんを使って手洗いをする。
- ・流行前にワクチン接種をする。
- ・十分な休養とバランスのとれた栄養摂取が大切である。
- ・室内では適度な湿度を保つようにする。
- ・人混みや繁華街への外出を控える。
- ・室内ではこまめに換気をする。

○インフルエンザにかかったらどうすればよいのか？

- ・単なるかぜだと軽く考えずに、早めに医療機関を受診して治療を受ける。
- ・安静にして休養をとり、特に睡眠を十分にとることが大切である。
- ・水分を十分に補給すること。お茶、ジュース、スープなど飲みたいもので良い。

○ほかの人にうつさないためには？

咳エチケットとして

- ・マスクを着用する。
- ・くしゃみや咳をするときは、ティッシュなどで口と鼻を覆う。
- ・口と鼻を覆ったティッシュはすぐにゴミ箱に捨てる。
- ・くしゃみや咳の飛沫は、1～2メートル飛ぶと言われているので、くしゃみや咳をするときは、他の人にかからないようする。

新型コロナについては、

オミクロン型から派生した変異型で強い喉の痛みが出て、重症化するリスクは従来の新型コロナと変わらないとされている。従来のコロナと同様、発熱やせき、鼻水、息切れ、疲労、吐き気などの症状がある。

その他、ワクチン接種や治療薬等の説明がありました。