

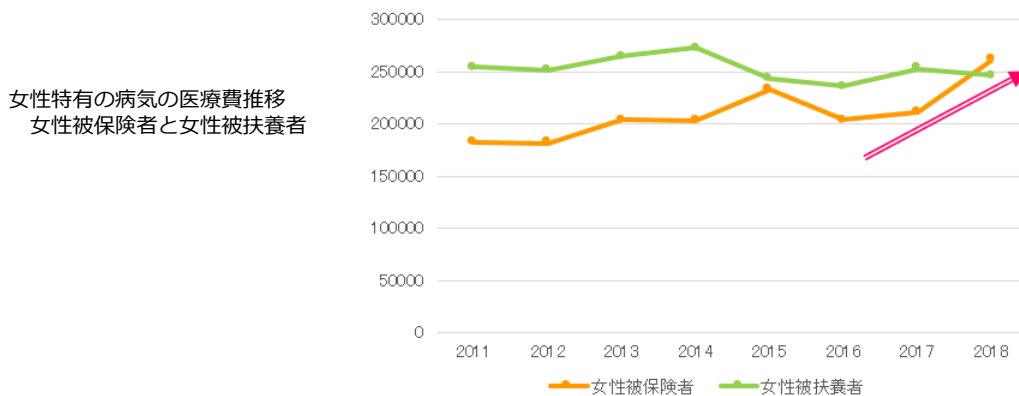


女性の健康



女性のライフスタイルはここ数十年で変化し、さまざまな生き方の選択肢ができた反面、女性特有の病気が増加しています。

オムロン健康保険組合でも女性特有の病気の医療費が年々上がってきています。さらにがん罹患率においては、乳がんが大腸がんを抜いてトップとなってしまいました。



こうした状況変化の中、女性特有の病気を少しでも未然に防ぐための知識として、女性が気を付けたい病気や症状について、少しずつご紹介します。

<掲載予定>

- ・女性ホルモンのサイクル
- ・子宮頸がん
- ・乳がん
- ・子宮内膜症
- ・骨粗しょう症
- ・歯周病
- ・ドライマウス
- ・ビタミンD欠乏症 など

未然に防ぐためには、自分自身の体を知り、体調変化を感じることも重要です。

定期健康診断・人間ドック・家族むけ健康診断などを定期的に受診し、現在の自分の体をまずは知っておきましょう。

そしていつもとちよつと違うなと思ったら、**我慢をせずに、早めに医療機関の受診してください。早めの受診で重症化を防ぐことができます。**

オムロン健康保険組合では、簡単にご家庭で実施できる「郵送によるがん検診」も実施しています。
ぜひ、こちらもご活用ください。

「郵送によるがん検診」

ご家庭で簡単に採取し、郵便ポストに投函するだけでできるがん検診を実施しています。

- 対象 30歳以上の被保険者および被扶養者
- 検査内容
 - ◆子宮頸がん検診（細胞診） ◆子宮頸がん（HPV）検診（細胞診）
 - ◆肺がん検診（喀痰細胞診） ◆胃がんリスク検診（血液検査）
 - ◆前立腺がん検診（血液検査） ◆乳がん検診（自己触診チェッカー）
 - ◆大腸がん検診（便潜血検査）
- 検査料 検査キット+検査料は無料
検体返送時の切手代のみ受診者負担
- 申込方法 当健保ホームページもしくは
右記QRコードから



申込用QRコード



その他、人間ドックや家族健診もご活用ください。

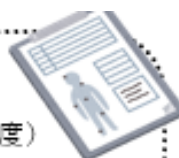
人間ドック

- 事業内容 詳しい健康診断を受けたい方への補助（年度に一度）
- 費用 総額の8割（上限45,000円）を補助
- 申込方法 健診機関などの詳細やお申込み方法は当健保ホームページをご確認ください



ご家族向け健康診断

- 事業内容 年度に一度、健康診断を補助（年度に一度）
 - ◆身体計測 ◆血圧測定 ◆尿検査
 - ◆心電図検査 ◆血液検査 ◆内科一般診療
- 費用 基本検査 **無料**
- 申込方法 健診機関などの詳細は4月末頃送付の「家族健康診断ガイドブック」をご覧ください



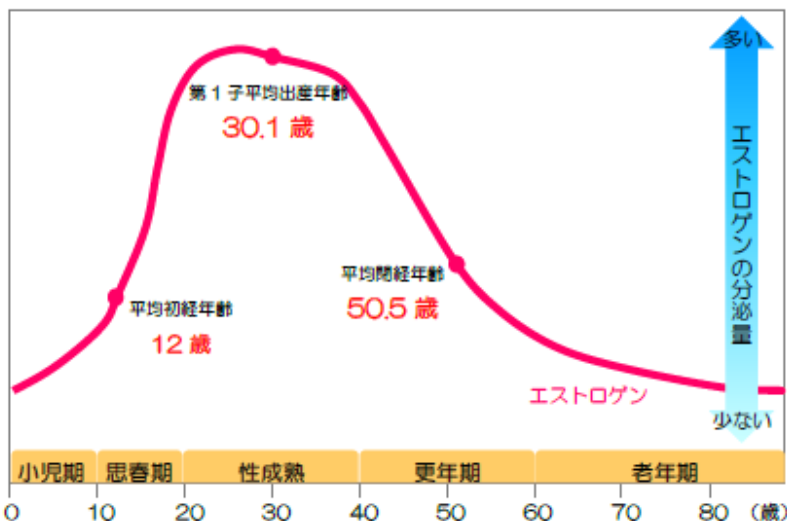
一生を通じて変化する女性ホルモンのサイクル

年代によってホルモンのバランスや分泌量が異なるので、年代別にかかりやすい疾患も異なってきます。
今の自分の状態を知るきっかけにご利用ください。

◆女性の健康とホルモンの関係

女性の身体は、女性ホルモンのひとつである「エストロゲン」が健康の鍵をにぎっています。エストロゲンは年齢によって分泌量が変化します。エストロゲンは体の中で様々な働きをしているため、この変動により、体や心に変化が起こります。女性は、つねに女性ホルモンの波に乗りながら、仕事も子育てもこなしていると言えます。

また、エストロゲンは、毎月の月経周期によって大きく増減し、閉経すると分泌量が激減します。さらに、ストレスや体重変化にも影響されます。エストロゲンの働きが不安定になると、自律神経失調症状や情緒不安定、免疫の異常などが起こりやすくなります。



◆変化した女性のライフスタイルと起こりやすい病気

女性のライフスタイルは、高学歴化・社会進出・小産化・高齢化により変化しています。ただし、女性の身体の仕組み、女性ホルモンの変動は変わりません。

このため、現代女性の疾患ともいえる子宮内膜症・卵巣がん・子宮体がん・乳がんなどの病気が増加しています。ライフサイクルごとに適切な健康管理を心がけるとともに、これらの病気について予め知っておくことで、予防に役立てることが出来ます。また、不調に気づいたら我慢しないで早めに医療機関を受診しましょう。

＜思春期＞

- ・月経トラブル
- ・性感染症
- ・摂食障害
- ・情緒不安定
- ・便秘
- ・肌トラブル



病気の予防や早期発見を意識し、食生活・運動・メンタルケアの習慣を身に付けましょう！



＜性成熟期＞

- ・月経異常
不正出血
- ・女性特有のがん
子宮頸がん
乳がん
- ・不妊症
- ・子宮筋腫
- ・子宮内膜症
- ・膠原病
- ・バセドウ病



＜更年期＞

- ・更年期障害
〔ほてり、発汗、抑うつ、
不眠、関節痛〕
- ・女性特有のがん
子宮体がん
乳がん
- ・肌粘膜トラブル
- ・萎縮性膀胱炎
- ・尿漏れ、頻尿
- ・生活習慣病
- ・関節リウマチ
- ・橋本病



＜老年期＞

- ・骨粗鬆症
- ・アルツハイマー病
- ・ロコモティブ
シンドローム
- ・生活不活発病
〔運動機能の低下、
関節の変形・炎症など〕



記事出典元：メスブ細胞検査研究所