



第13回歯つぴいライフ8020運動

平成16年度の認定者に佐藤喜好さん(蔵平)

福島県と福島県歯科医師会が、「80歳で20本の歯を残そう」を目標として進めている8020運動^{はちまるにいまる}。その運動の一環である「歯つぴいライフ8020」の平成16年度認定者が決まり、11月7日に福島市の県文化センターで認定証の贈呈式が行われました。



▲今回認定を受けた佐藤喜好さん

佐藤さんは、歯の手入れに気を付けていることは特にないそうですが、好き嫌いがなく固いものも好んで食べるとのこと。「自分の歯で食べられるのは嬉しい」と笑顔で話していました。

基本検診の事後指導会

今年度の基本検診事後指導会は、9月27日と11月21日の2回、「いちばん館」にて実施しました。

今回の指導会では、主に高脂血症や高血圧の方を対象に、原町市立病院脳神経外科長兼放射線科長の佐藤正憲先生を講師に迎え、脳卒中の予防講演会を行いました。

佐藤先生は、実際に治療に関わった患者の事例を紹介しながら、脳卒中の予防策などについて講演し、参加した村民らは熱心に聞き入っていました。



▲講演会のような様子

脳卒中の主な予防策

脳卒中の危険因子とされる、

①高血圧 ②糖尿病 ③高脂血症 ④肥満 ⑤心臓病などをコントロールすることが、脳卒中を予防するための一番の近道です。

また、

- ①片方の手がしびれる、片方の足をひきずる。
- ②急に手足の力が抜けて、持っている物をポロリと落とす。
- ③片方の目が、カーテンがかかったように一時的に見えなくなる。
- ④物が二重に見える。
- ⑤ろれつが回らない。
- ⑥力が入るが立てない。
- ⑦思うように字が書けない。

このような症状は、一時的（15分前後）に見られた後、もとに戻ってしまう場合がありますが、脳卒中の前ぶれかもしれませんので、早目に医療機関で受診して下さい。早期に発見できれば、後遺症が残らない場合が多いようです。

冬本番を迎え、脳卒中にかからないよう気を付けましょう。



▲脳卒中の予防策などについて講演する佐藤科長

脳卒中から身を守るために「脳卒中講演会」