



保健センターだより

保健センターとは

保健センターは、多摩キャンパス、後楽園キャンパス、市ヶ谷キャンパスにおいて、本学学生・教職員の健康管理を行い必要な医療を提供しています。

健康であることにより勉学に、文化・スポーツの諸活動に邁進できるよう、保健センターは学生の健康の保持増進を支援しています。

また、学内診療所として、日常の怪我や病気の診療も行っております。

以下、学生に係る保健センターの概要を紹介します。

2011年度の学生定期健康診断について

2011年度の学生定期健康診断は、4月1日(金)～9日(土)に実施しますが、多摩キャンパス実施の一部時間帯(4月4日(月)～7日(木)の17時以降)については、時間等の変更があります。詳細は、C-plus・ホームページ・掲示等を確認のうえ、受診してください。

なお、当日計画停電が実施される場合は、日程等の変更があります。

『健康管理』について

学生定期健康診断

毎年4月初旬に学生定期健康診断を実施しています。

これは学校保健安全法等により、大学はその実施が義務づけられており、学生も受診することが義務づけられています。

健診項目は、視力、身長、体重、胸部X線撮影、診察です。

毎年受診して健康状態をチェックすることは大切なことで、定期健康診断は、健康の維持増進・病気の予防、病気の早期発見を目的としています。

2010年度は多摩・後楽園キャンパスで、約22,000名の学部学生が受診し、受診率は84.4%でした。

定期健康診断を未受診の場合は、奨学金の申請、就職活動、アルバイト等で必要な「健康診断証明書」の発行はできませんし、授業等で必要な臨時健康診断の受診もできません。

毎年、必ず受診するようにしてください。

健康診断証明書

定期健康診断を受診した学生を対象に「健康診断証明書」を邦文1通 100円で発行しています。

定期健康診断で所見のなかった学生は、学内の証明書自動発行機で発行を受けられます。

定期健康診断を未受診ですと、外部医療機関で受診してそこで証明書の発行を受けることとなりますので、かなり高額な負担となります。

心臓メディカルチェック

学部新入生全員を対象に心電図検査を実施しています。この検査により、心疾患の早期発見、体育実技等での突発事故防止に役立ちます。

二次検診(精密検査)

定期健康診断等の結果、新たに所見のある学生や前年度から経過観察をしている学生には、循環器、腎・泌尿器、呼吸器、内分泌・代謝等の体系別に二次検診を実施しています。

二次検診の結果によっては外部医療機関を紹介するなどして、病気の予防・早期発見、治療に努めています。

保健指導・栄養指導・生活指導

定期健康診断後、BMI30以上の学生へは管理栄養士による栄養指導、保健指導、二次検診を行っています。

学生時代から健康的な生活習慣を心掛けることは、生活習慣病の予防ならびに将来に渡って健康の保持増進に有効なことで、本学では早くから学生の生活習慣の改善に取り組んでいます。

保健センター(多摩キャンパス)内に「健康相談室」を開設しています。日常的な健康相談は保健師・看護師が対応しています。

『医業』について

診療

内科を主として、感冒等の急性疾患をはじめ、高血圧や脂質異常症・胃潰瘍等の慢性疾患の治療を行っています。また、授業中や課外活動での怪我、通学時のバイク・自転車での怪我等の処置も行っています。

近隣の医療機関の協力も得て対応していますので、学内の身近な診療所として安心して受診していただけます。

診療時間等

授業実施期間中の診療時間は次の通りです。なお、大学行事等により変更する場合があります。

多摩キャンパス(2号館2階)

保健センター

〒192-0393 東京都八王子市東中野742-1

TEL 042-674-2756 FAX 042-674-2758

〔診療時間〕 月～金 10:00～11:30

13:00～16:30

17:30～19:20

土 10:00～11:50

後楽園キャンパス(1号館1階)

保健センター後楽園キャンパス分室

〒112-8551 東京都文京区春日1-13-27
TEL 03-3817-1722 FAX 03-3817-1723
〔診療時間〕 月～金 13:00～18:50
土 10:00～11:50

市ヶ谷キャンパス(1号館1階)

保健センター市ヶ谷キャンパス分室

〒162-8473 東京都新宿区市谷本村町42-8
TEL 03-5368-3503 FAX 03-5368-3505
〔診療時間〕 月～金 13:00～18:50
土 10:00～11:50

診療費

保健センターは、本学の学生・教職員を対象に診療しているため保険医療機関として認定されていませんので、「中央大学保健センター診療費等に関する基準」を制定し、診察料(初診料・再診料)は大学が負担し、薬剤料は保険料金に準じた額で、諸検査料は保険料金の半額とするなどして学生の費用負担の軽減を図っています。

医療費援助

正課授業(体育実技, 実験, 実習)中に発生した事故に対し、「中央大学学生医療費援助に関する規程」により医療費の一部を援助します。

『広報活動』『感染症』等について

広報活動

学内広報誌やホームページを通して、健康に関する情報や感染症に関する注意などをお知らせしています。

保健センターのホームページは、下記の中央大学トップページからお入りください。

<http://www.chuo-u.ac.jp>

感染症について

保健センターでは、学校保健安全法等で指定され、出校停止とする麻疹, 風疹, おたふく風邪, 水ぼうそう等の伝染病の発生状況の把握と、学生への情報提供による注意喚起により、安全に学生生活を送ることができるよう配慮しています。また、保健センターのホームページにも感染症についてのページを開設して予防法なども紹介しています。

特に「麻疹」は教育実習や介護体験学習などで抗体検査の結果値や予防接種の証明が求められることがあります。

学生の皆さんは、下記の事項に注意をして予防を心掛けてください。

- ①予防接種歴・罹患歴を確認してください。
 - i. 幼少時に予防接種を受けていても、その後に抗体価が低下し、感染することがあります。
 - ii. 罹患歴がない場合は、感染症が流行した場合に感染する危険性があります。
- ②抗体検査を受けて抗体価が低い場合、罹患歴がない場合は、医師に相談して対応ください。

甲状腺の病気ってなあに？

保健センター医師 南野 勉

甲状腺ってなあに

甲状腺はくびの前方、のどぼとけの下から鎖骨にかけてのあたりにあります。蝶々のような形をしており、普通は触ってもよくわかりません。甲状腺では甲状腺ホルモンが作られ分泌されています。甲状腺ホルモンには全身の新陳代謝を促進する働きがあります。



甲状腺が腫大しているって言われたけど、それってどういうこと？

健康診断で「甲状腺腫大です！」と言われたことがある人もいるかもしれません。甲状腺腫大は、一般に女性の10%、男性の2%に認められます。甲状腺腫大を指摘されても、臨床的な機能異常がない人がほとんどです(80%)が、臨床的に問題のある機能亢進や機能低下を認める人が、甲状腺腫大を指摘された人のなかで10%ずついるといわれています。甲状腺機能に異常のある人は、更に診察や検査が必要で、治療が必要となることがあります。

甲状腺には、どのような病気があるの？

診察で甲状腺腫大と診断されるものには、全体あるいは一部が腫れることがあります。



全体が腫れる場合

甲状腺ホルモンが多い or 少ない
⇒働き(機能)が問題になります。

- 甲状腺の働き過ぎ：バセドウ病、亜急性甲状腺炎、無痛性甲状腺炎、妊娠時
- 甲状腺の働き不足：甲状腺機能低下症
- 甲状腺の働き正常：慢性甲状腺炎、単純性甲状腺腫



一部にシコリができる場合

甲状腺ホルモンは正常。シコリが悪性かどうか問題になります。

- たちの良いシコリ：結節性甲状腺腫
- たちの悪いシコリ：甲状腺がん

甲状腺の病気どれが一番多いの？

若い女性で多いのは、単純性甲状腺腫です。

炎症、腫瘍などなく働きも正常なのに、甲状腺だけが腫れている状態です。生体に必要な甲状腺ホルモンが不足することが原因と考えられていますが、その原因はわかっていません。全体が腫れ、やわらかいのが特徴です。妊娠、授乳、月経などと歩調を合わせるように腫れが大きくなりますが、年齢が進むにつれて小さくなり、自然に消失してしまうことが多いです。

単純性甲状腺腫の治療は特に必要ないとされています。薬物療法が行われる場合もありますが、多くは年に1～2回、定期的に診察をうけ、経過を観察していきます。

どうなったら受診したほうがいいの？

甲状腺が急に大きくなってくるときには受診して検査することが必要です。

甲状腺のホルモン作用が過剰になって新陳代謝が活発になりすぎると、手がふるえたり、脈が速くなって動悸を感じたり、暑がりになり汗をかきやすくなったり、イライラしたり、下痢になったり、ダイエットしてないのに体重が減ったりします。このような症状が甲状腺機能亢進症で、代表的なものがバセドウ病です。

また甲状腺のホルモン作用が不足して全身の代謝が低下しすぎると、脈がゆっくりになったり、寒がりになったり、ボーッとしたり眠たがりになったり、髪が抜けやすくなったり、便秘になったり、むくんで体重が増えたりします。このような症状が甲状腺機能低下症です。

このような症状を認めたら、まず保健センターや医療機関を受診して診察を受けて下さい。

—参考文献・HP—

- Evidence-Based Physical Diagnosis Mg Steven. -WB Sonders Company. 2001.
- 日本甲状腺学会ホームページ
<http://www.japanthyroid.jp/>