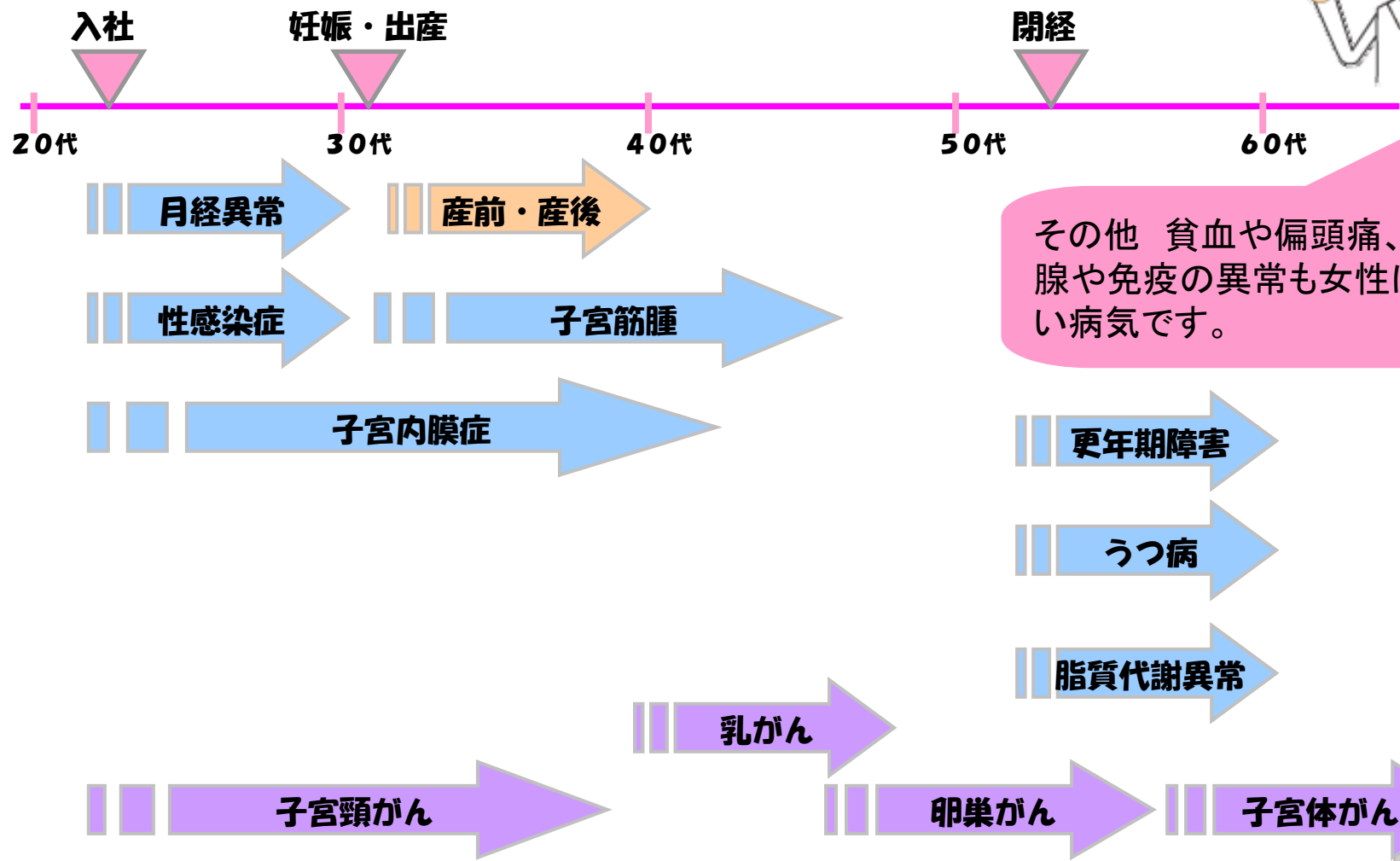


女性社員の健康について

働く女性のライフステージと病気



その他 貧血や偏頭痛、甲状腺や免疫の異常も女性に多い病気です。

※矢印は各病気の多い時期を表しています。この時期以外にかかることもあります。

定期健診と女性に多い病気

◆定期健診でわかる項目

- ・問診・・・更年期障害やうつ症状、偏頭痛など
- ・採血・・・貧血、脂質代謝異常

◆定期健診に追加できることが多い検査項目

- ・採血・・・甲状腺の異常や免疫の異常
- ・乳がん検査・・・乳がん、乳腺症、良性の乳腺腫瘍
- ・婦人科検査・・・子宮頸がん、子宮筋腫、子宮内膜症など

※婦人科検査は、内診の有無や超音波検査の有無によりわかる病気が限られる場合があります。

定期健診に追加が出来ない場合は、各自での検診が必要となります。

10月のピンクリボン運動や、3月の女性の健康づくり週間に合わせ、

ポスター掲示やイントラネット掲載などで、企業からも積極的にPRを行うと効果的です！



検診（女性特有のがん）を受ける目安



子宮頸がん検診	21歳を過ぎたら、最初の検診で異常がない場合、 2, 3年毎の検査 が推奨されています。 米国主要医療機関のガイドラインより
乳がん検診	第一度親近者（親子・姉妹）に乳がんの方がいる場合は、年齢に関らず毎年の検診 をお勧めします。 それ以外の 20代：特に必要なし 30代：月1回のセルフチェックを欠かさず、ハイリスクであれば検診を検討しましょう。 40代：マンモグラフィ（2年に1回）または マンモグラフィ（2年に1回）+ 超音波検診（毎年）
子宮体がん検診	閉経後 、不正出血やおりものの汚れ等があったら受診をしましょう。
卵巣がん検診	下腹部の張り（サイズアップ）・お腹の痛み・食が進まない/すぐに満腹感を覚える・トイレが近くなる といった症状が1ヶ月の1/3程度あったら受診をしましょう。

妊娠～出産後の女性の健康について

妊娠中～産後の女性は、心身共に様々なトラブルを抱えることが増えます。つわりや酷い眠気、腰痛、足の浮腫み、トイレが近くなる・・・など、程度に差はありますが、仕事に支障を来たすものもあります。

男女雇用機会均等法・労働基準法では、妊娠～出産した女性の健康を守るために、様々な項目が定められています。



参考となるサイトです。インターネットでの相談窓口も設置されています。

◆女性にやさしい職場作りナビ

<http://www.bosei-navi.go.jp/>

女性社員が健康に働くために

●会社が取り組めること(例)

- ・産前産後休暇や育児休暇など、利用できる制度の周知
- ・産業医や保健師など専門職による相談窓口の開設
- ・女性社員が多い部署へのライン研修を実施する
- ・人事担当者が母性健康管理などの研修を受ける
- ・女性社員のワーキンググループを作る
- ・・・・など



●女性社員自身に取り組むこと(例)

- ・婦人科検診や乳がん検診を定期的に受診する
- ・社内で問題になる点や気付いた点があれば、(安全)衛生委員会の委員へ議題として報告する
- ・出産/育児を経験した社員が、ロールモデルとして積極的に情報発信をする
- ・・・・など