

2023

大学生の 健康ナビ

キャンパスライフの健康管理

監修 山本 眞由美



MAKE NEW STANDARDS.

東海国立
大学機構



岐阜大学
GIFU UNIVERSITY

第1章 健康診断について

..... 山本真由美 / 岐阜大学 8

第2章 健康的な生活習慣

- 第1節 睡眠について 富田悟江 / 刈谷病院 16
- 第2節 食生活について 山田紀子 / 福山学園大学 長屋郁子 / 岐阜市立女子短期大学 20
- 第3節 運動のすすめ 田中邦彦 / 岐阜医療科学大学 24
- 第4節 タバコの害について 飯田真美 / 岐阜県総合医療センター 27

第3章 大学生活のけがや病気

- 第1節 日常生活のいろいろな症状 森田浩之 / 岐阜大学 36
- 第2節 救急時の対応
..... 牛越博昭・小倉真治・鈴木浩大・吉田隆浩 / 岐阜大学医学部附属病院
..... 山田法顕 / 島根大学 名知祥 / 中濃厚生病院 46
- 第3節 実験・実習の安全対策 山本真由美 / 岐阜大学 57
- 第4節 スポーツ外傷・障害
..... 寺林伸夫・小川寛恭 / 岐阜大学 66
- 第5節 けがの処置 木下幸子 / 中部学院大学 71

第4章 大学生のこころの健康

- 第1節 大学生によく見られる心の病気 田中生雅 / 愛知教育大学 78
- 第2節 ストレス・マネジメント 佐々木恵理 / 岐阜女子大学 84
- 第3節 お酒とドラッグの危険について 天野雄平 / 各務原病院 90
- 第4節 拒食・過食について 柴田明彦 / 岐阜市民病院 96
- 第5節 ギャンブル依存・インターネット依存 西尾彰泰 / 岐阜大学 102
- 第6節 発達の個人差 別府哲 / 岐阜大学 106
- 第7節 ひきこもり / 不登校になったら 西尾彰泰 / 岐阜大学 112
- 第8節 大学生の悩みの特徴と心の相談窓口 堀田亮 / 岐阜大学 117

第5章 大学生のための病気の知識

- 第1節 肺の病気 大野康 / 朝日大学 124
- 第2節 心臓の病気 西垣和彦 / 岐阜県立下呂温泉病院 130
- 第3節 腎臓の病気 村田一知朗 / 岐阜県総合医療センター 135
- 第4節 血液の病気 鶴見寿 / 岐阜大学医学部附属病院・松波総合病院 140
- 第5節 消化器・肝臓の病気 中野功 / 名古屋工業大学 145
- 第6節 内分泌・代謝の病気 山本真由美 / 岐阜大学 151
- 第7節 神経の病気 田中優司 / 愛知教育大学 159
- 第8節 膠原病 加納克徳 / 加納内科リウマチ科・糖尿病内科クリニック 166
- 第9節 アレルギーの病気 松井永子 / まつおかクリニック 169
- 第10節 皮膚の病気 周円 / 岐阜大学医学部附属病院 173
- 第11節 歯・口の中の病気 辰巳順一 / 朝日大学 178
- 第12節 感染症 馬場尚志 / 岐阜大学医学部附属病院 182
- 第13節 性感染症・エイズ 鶴見寿 / 岐阜大学医学部附属病院・松波総合病院 188
- 第14節 月経のトラブル・妊孕力 杉山三知代 / 岐阜大学医学部附属病院 194
- 第15節 性の悩み(同性愛、性同一性障害などについて)
..... 天野雄平 / 各務原病院 201

第6章 日本の医療制度

..... 山本真由美 / 岐阜大学 206