市民版
医療被ばく記録手帳

病院、診療所、検診車、保健所、歯医者等で診断のために放射線を浴びることがあります。放射線被ばくによって、数年か数十年後にがんをはじめとする疾患にかかる可能性は、線量に比例して増加すると考えられています。被ばくを必要最小限に抑えるために、どの位被ばくしているかを知ることは大切です。検査を受けた場合には、医師あるいは技師に、線量を聞き、この手帳に記録しましょう。検査を受ける前に以下のことを確かめる事は重要です。

1. **放射線検査は本当に必要か。**

2. **その検査のためには放射線が最適か。**

3. **検査が重複していないか。**
   していれば、前の検査結果を使えないか。

放射線の年間線量限度1mSvとは？

１mSv（ミリシーベルト）とは一般公衆に対して定められた年間の線量限度です。エックス線およびガンマ線であれば、mGy=1mSv）で、一つの細胞の核に一本の放射線が通ること。

では、**1mSv**あびるとどうなるでしょう？計算方法によりちがいますが、1万人当たりのがん死数は下のように予測されています。

ゴフマンの計算では	3.7人
国際放射線防護委員会（ICRP）では	0.5人
広島・長崎生涯調査からは	1.3人

医療被ばく記録手帳

制作･お問い合せ先　高木学校

〒164-0003 東京都中野区東中野1-58-15 原子力資料情報室内

電話 03（5332）3227

FAX 03（5330）9530

Email: takasas@jca.apc.org / Web: www.jca.apc.org/takasas

私の医療被ばく記録

名前　　年　月　日生れ

年月日	医療機関・科名	検診・治療名 （部位・方向）	被ばく線量
・　・			
・　・			
・　・			
・　・			
・　・			
・　・			
・　・			

線量がわからない場合も使用装置と条件（管電圧・管電流・時間等）を医師か技師からもらいます。※このページは足りなくなったらコピーして使います。

検診の被ばく線量（皮膚面）参考値（単位：mGy）

撮影部位	エックス線単純撮影	CT（エックス線）
頭部	3.5	25〜50
前歯パノラマ	0.23	
胸部正面	0.2	15〜20
乳房	2.5	
腹部	1.3	25〜30
上部消化管	（胃透視）50〜100	
下部消化管	（注　腸）20〜200	
骨盤	1.8	25〜30
股関節	1.6	
手	0.04	
膝関節	0.17	
血管造影（IVR）	500〜1,500	
核医学（ガンマ線）	0.33〜10.4	
PET（ガンマ線）	3.5〜7.0	
PET−CT	PETプラスCTの線量	

笹川泰弘「医療被ばく説明マニュアルの紹介と活用方法」　より抜粋
『日本放射線技師会雑誌Vol.51,No.621「医療被ばく特集号」』2004