



けんこうNetはホームネット(株)が提供する看護師監修の身近な健康に関する情報です。

## 健康診断と人間ドック

年に一度会社で行う健康診断や人間ドックの申込みの時期がやってきました。毎年この時期担当者から申込み内容について確認の連絡をいただきますが、何を追加していいやらわからないまま申込みをしていませんか?予防医学の観点から、自らの健康管理をする為にも、健診や人間ドックの検査項目について簡単に説明させていただきます。

### <基本健診>

既往歴・自覚症状・他覚症状・身長・体重・BMI (Body Mass Index: 体格指数)  
視力・聴力(オージオ)・胸部レントゲン  
血液検査:貧血・血中脂質・肝機能・糖代謝 年齢により測定→心電図・便潜血(検便)・腹圧

### <健保指定ドック>

基本健診の項目に追加される項目  
眼圧検査・肺機能 年齢により測定→腹部超音波検査・胃バリウム検査

### <1日人間ドック>

健保指定ドック項目に追加される項目  
眼底検査・血液検査:リウマチ反応・脾機能・B型肝炎・C型肝炎・梅毒反応

## 豆知識

・BMI指数 = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

BMI22が標準、25以上を肥満、18.5未満を低体重。25以上の肥満は注意したいものです。また、低体重が続く方は風邪などの感染症関連疾患に罹りやすいとも言われていますのでご注意ください。

・眼底検査は、眼底の細かい血管の変化から、動脈硬化性変化や高血圧性の変化、糖尿病性変化を早期にチェックすることができます。

・眼圧検査では、緑内障等眼の病気の早期発見につながります。

・胸部レントゲン検査は肺がん検査を含み、肺結核、肺炎などの肺の炎症、心臓病の診断にも欠かせない検査です。

・胃バリウム検査は胃がん検査を含みます。バリウムが口腔から食道、胃、十二指腸へと流れしていく様子を動画で見ることができ、食道や胃、十二指腸が狭くなっていないかどうかを見ることができます。

また、胃の粘膜についても、体を回転させてみると、胃潰瘍による粘膜のくぼみの有無や、胃炎の有無などもバリウム検査で見ることができます。

・腹部超音波検査は、肝臓、胆嚢、脾臓、腎臓、脾臓(ひぞう)などを調べ、のう胞、石灰化、結石、腫瘍などがわかります。血液検査と併せて超音波の画像診断をすることで、複合診断が出来ます。

・検便は便の潜血反応を検査し、大腸がん検査を含みます。女性の場合、生理中は避けて頂き、生理終了1週間以降であれば大丈夫です(ちなみに、子宮がん・乳癌検査も生理終了1週間以降がベストです。)

## オプション検査について

### 子宮がん検査

・子宮頸部がん検査は、子宮の入り口付近の粘膜を綿棒で取り細胞検査をする、がん検診です。20歳を過ぎたら子宮がん検査を受けましょう。乳癌検査・マンモグラフィは乳腺のレントゲン撮影。・乳腺エコーは、乳腺の超音波検査。乳癌、乳腺炎、乳腺のう胞症乳腺腫瘍などがわかります。

### 大腸内視鏡検査

・大腸のカメラでは、大腸がん、憩室(けいしつ)、潰瘍、狭窄などがわかります。

・50歳からオプション追加が可能ですが40歳代の方、検査を計画されることをお勧めします。

### 前立腺腫瘍マーカー(PSA)

・50歳以上の方や、がん家系の方、血液検査で出来る検査で、前立腺炎、前立腺がんなどがわかります。

### 脳MR検査(MRI・MRA)

・脳MRI(磁気共鳴画像診断装置)検査は、小さな脳梗塞や脳幹部の病変、硬膜外出血などもわかります。

・脳MRA検査は、血管撮影で脳血管の異常や奇形等がわかります。同じ装置に寝た状態で検査できます。

### 肺CT検査

・マルチスライスCT(コンピュータ診断装置)

