

健康診断を受けまじょう

日本では、多くの人が受けられる「健診」の制度があります。

☆今受けられる定期健診は

会社勤めなら職場の定期健診、がん検診など

自営業なら地域の特定検診(40～74歳)、がん検診など

定年退職後なら地域の特定検診(40～74歳)、がん検診など、職場の健康保険の任意継続中は在職中と同様

主婦なら会社勤めの人の扶養家族は、被扶養者健診(40～74歳は特定健診など)、自営業者の扶養家族は特定健診、地域のがん検診など

75歳以上なら地域の後期高齢者健診、がん検診など

☆「健診」と「検診」の違い

「けんしん」は辞書で「健診」とも「検診」とも記載があります。皆さんはどちらの「けんしん」を受けていますか？

「健診」は健康診断の略で、会社で行う定期健診や自治体で行われる健診が主なものになります。病気になる前に、全身の健康状態を評価し、病気の発生を未然に防ぐことを目的とします。予防がメインですので、高血圧や糖尿病、高コレステロールなどの生活習慣病にならないためにどうするかを考えるのが健康診断です。

一方、「検診」は特定の病気を探した

めの検査で、がん検診などが代表的なものになります。病気にならないためではなく、病気の早期発見が目的になります。

「健診」で皆さんが知りたいのは生活習慣病になっているかどうかだけではなく、命にかかわるような病気(がん等)になっていないかどうかです。患者さんの中には毎年「健診」を受けていたのに「がん」になってしまった。全然意味がなかったとおっしゃる方もいらっしゃいます。「健診」は意味がないことはありませんが、できるかぎり「検診」も受けるようにしてください。

かかりつけの病院で普段の健康状態を把握してもらっている方は、「健診」より「検診」の方が重要です。「検診」を受けることで、病気を発見し治療に結びつけることができます。

胃がん・大腸がん・肺がん検診は男女問わずに受けてください。女性は乳がん・子宮がん検診を、5歳を超えた男性は前立腺がん検診を受けましょう。又、可能なら、40歳を超えたら脳MRAや冠動脈CT検査も受けましょう。

☆検査結果を正しく受け止めまじょう

健康診断は、受ければ安心というものではありません。検査結果を正しく受け止め、健康づくりに役立てまじょう。「健診」の結果報告書に

は健康な状態の目安とする基準値が示されています。

①「要再検査」「要精密検査」などの判定があった場合は、指示された検査を受けてください。自覚症状がないからとそのままにしていると、病気があった場合進行してしまう恐れもあります。

②「要経過観察」という判定の場合も、異常の原因が普段の生活習慣にないかを見直し、特に検査の指示がない場合も、次回の健診を必ず受けてください。

毎年「健診」の結果を保存しておき、結果を見比べると、経年変化を知るのに役立ちます。

(追加)人間ドック

人間ドックの売りは「検査項目の違い」にあります。通常の健康診断で行われる検査項目のほかに、肺機能検査、胸部・腹部CT検査、腹部超音波検査、腫瘍マーカー、胃カメラ、マンモグラフィといった検査が追加されることがあります。検査項目が多いことで、詳細に身体の中を検査することが可能なため、健康診断だけではわからない病気を発見することが可能です。

「健診」と「検診」の違いをご理解いただき、上手に健康診断を受けてください。