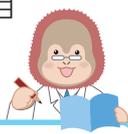


任意型健診について

みなさんは年に1度は定期健康診断を受けていると思いますが、会社で実施している健康診断とは別に任意型の健診を受けたことはありますか？今回は任意型健診とはどのようなものか取り上げていきます。

■定期健康診断と任意型健康診断

健康診断は大きく2つに分けることができます。

	定期健康診断	任意型健康診断
内容	法律によって義務付けられている健診	個人の意思で受診する健診 (人間ドックや市町村が行っている住民健康診断等)
費用	事業者が負担	基本的には自己負担 (会社や健康保険組合が補助している場合もある)
項目	国が定めた基準項目：11項目 ①問診(既往歴及び業務歴の調査) ②自覚症状及び他覚症状の有無の検査 ③身体測定(身長、体重、腹囲)、視力、聴力 ④胸部エックス線検査(喀痰検査) ⑤血圧 ⑥貧血検査(血色素量、赤血球数) ⑦肝機能検査(GOT、GPT、γ-GTP) ⑧血中脂質検査(LDL-C、HDL-C、中性脂肪) ⑨血糖検査 ⑩尿検査(糖、蛋白) ⑪心電図検査(※内容は年齢により異なる)	国が定めた基準項目 + 付加項目：40～100項目  <div style="border: 2px solid #00AEEF; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>今回は付加項目の中でもご要望の多い 下記項目について絞って取り上げます！</p> <p>血清尿酸 血清クレアチニン 眼底検査 腹部超音波</p> </div>

	検査方法	分かること
血清尿酸	採血検査	尿酸の産生・排泄のバランス(数値が高い場合は痛風発作や尿路結石がでやすい)
血清クレアチニン検査	採血検査	腎機能の状態
眼底検査	眼底カメラで瞳孔から網膜を撮影し、眼底の血管を調べる	糖尿病による目の病気や動脈硬化の状態など
腹部超音波	腹部皮膚表面部分に超音波を発信する装置をあてて調べる	肝臓、すい臓、腎臓などの臓器に腫瘍があるか、また胆のうには胆石などがあるかなど

■任意型健診のメリット・デメリット

メリット

- ・病気の早期発見・早期治療ができる
- ・人間ドックでは自分が受けたい検査を組み合わせることができる
- ・健康意識が高まる

デメリット

- ・時間、お金がかかってしまう
- ・検査により身体に負担がかかってしまう

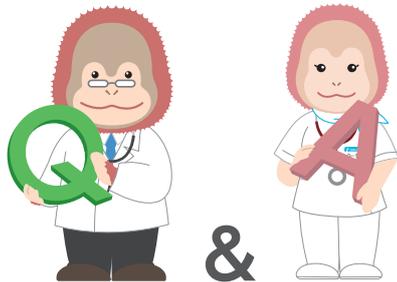


■人間ドックについて

代表的な任意型健診には、人間ドックがあげられます。
人間ドックは、多項目にわたり体の状態をより詳しく検査できるため、まだ自覚症状も現れていない多くの病気を早期に発見することができます。



人間ドックの Q&A



受診の対象年齢は？ 20 歳以上を対象としています。

人間ドックにかかる日数は？

1 日ドック（日帰り）や 2 日ドック、1 泊ドック、3 日以上ドックなど様々です。実施内容も施設により異なります。

受診にかかる費用は？

各施設の設備や検査内容によって費用が異なります。
所属の健康保険組合によっては、人間ドックにかかる費用の補助がある場合があります。



人間ドックが勧められない人は？

皮膚の湿疹、関節痛など特定の病状のみから病気診断を希望する人、すでに病名が確定していて、その重症度を調べたいといった場合などにはお勧めされていません。



治療を受けることはできる？

人間ドックでは病気の有無・診断を行う場所のため、治療は行いません。
治療などが必要な場合は、医療機関（併設を含む）に紹介してもらえます。



どの施設で受けたい？

日本人間ドック学会のホームページでは機能評価項目を満たしている施設が公開されています。
ご参考ください。弊社グループ病院の医誠会病院でも人間ドックを実施しています。

どの検査を受けたい？

- 30 代 病気になる可能性は低いですが、「乳がん」や「子宮頸がん」などは若くても発症することがあります。（子宮頸がんは 20 ～ 69 歳で検査が推奨されています）
- 40 代 男女共通：大腸内視鏡検査、胸部 CT 検査 等
女 性：マンモグラフィ、乳房超音波検査、子宮頸部細胞診、骨密度測定 等
- 50 代 男女共通：40 代と同様 + 心臓ドック、脳ドック（MR 検査）
男 性：PSA 検査（前立腺がん） 女 性：40 代と同様

身内に病気になった人がいる場合や、自分自身の症状に疑いを感じた人はそれらに関する検査を受けるのがおすすめです。

病気はある程度進行してから自覚症状が現れます。とくにがんでは、自覚症状が現れた時点ですでに転移していることも多く、完治をするには早期発見することが重要です！
定期的な健康診断にプラスして任意健診を受診し、早期発見・早期治療につなげていきましょう。

- 【参考文献】
- ・ 厚生労働省 e-ヘルスネット (<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>)
 - ・ 厚生労働省 がん検診 (https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/gan_kenshin.html)
 - ・ 公益社団法人日本人間ドック学会 (<https://www.ningen-dock.jp/public/about>)
 - ・ 国立がん研究センター がん対策研究所 (<http://canscreen.ncc.go.jp/kangae/kangae7.html>)