

# 健診でカラダチェックしよう

健診の目的は、まず病気の早期発見・早期治療に役立てること。

また、自分の健康状態を知り生活習慣を見直すきっかけにすることもそのひとつです。

自覚症状のないまま病気が進行することもあるので、毎年受診するようにしましょう。

## 健診でわかるこんなこと

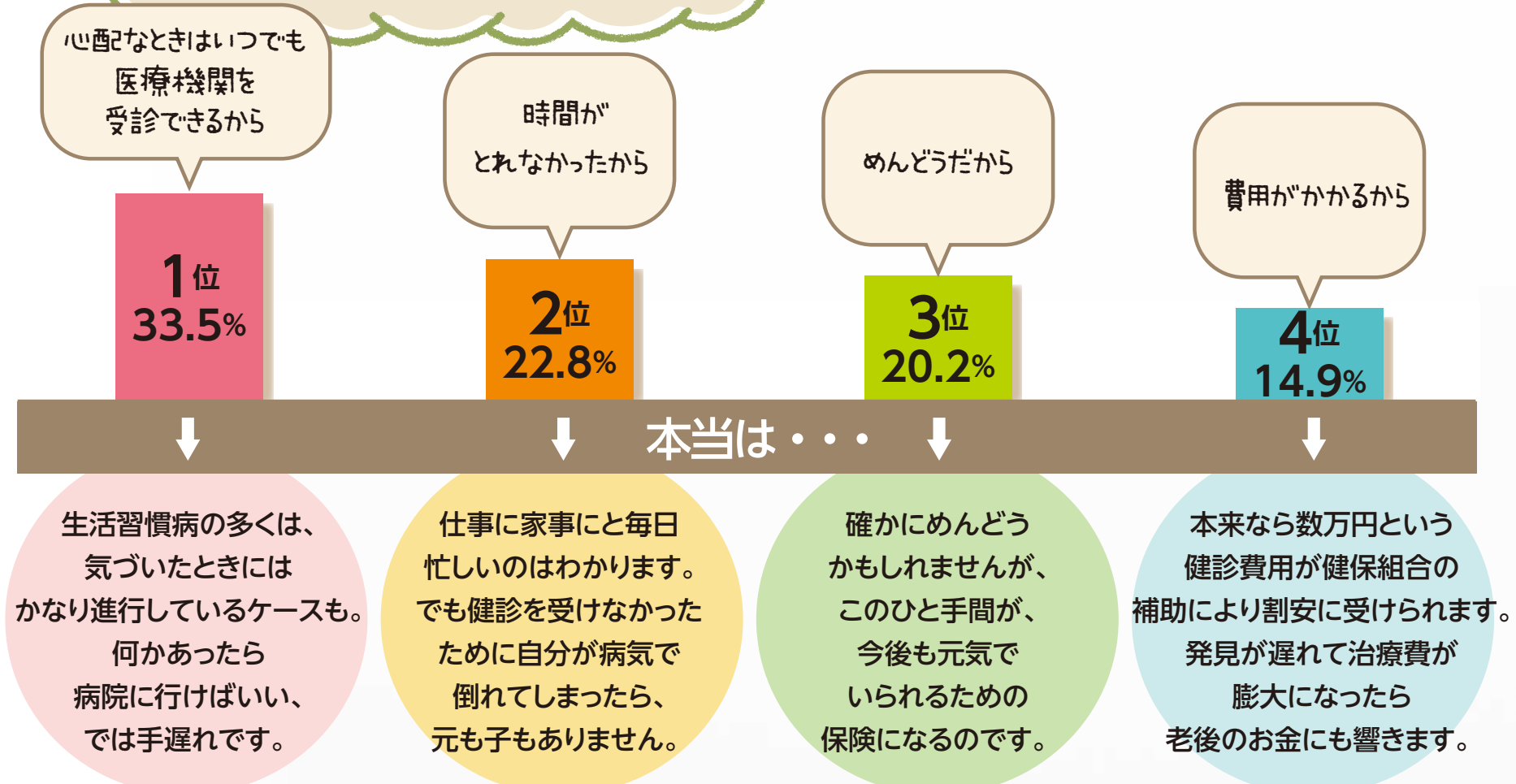
発見しやすいのは、下記のような生活習慣病です。これらは基本的な血液検査などでスクリーニングできるため、かなりの確率で発見できます。

	チェックポイント	検査項目
・肥 満	肥満はさまざまな生活習慣病の原因に	腹囲／身長・体重(BMI)
・高血圧	血圧が高いほど動脈硬化のリスクが高い	収縮期血圧／拡張期血圧
・脂質異常症	動脈硬化になりやすいかどうか判断	中性脂肪／HDLコレステロール／LDLコレステロール
・糖尿病	糖尿病か糖尿予備軍かを判断	空腹時血糖／HbA1c
・肝機能低下	食べすぎ、飲みすぎによる肝臓の傷み具合	AST(GOT)／ALT(GPT)／γ-GT(γ-GTP)

その他、尿検査や心電図検査、眼底検査、貧血検査などを行います。

## 受診しないとソンをする!?

健診や人間ドックの受診状況を見ると、男性72.0%で女性は63.1%。一方、受診しなかった人にその理由を聞くと…。



(数字は「平成28年 国民生活基礎調査の概況」による)

## けんぽお知らせ板