

健診の予備知識

あなたの健康を守るのはあなた自身です。
日頃から定期的な健康チェックを習慣づけ
ましょう。

健康診断を
受診する際
知っておき
たいこと

その1

健康診断は、受診時の身体の異常の有無を発見するものですが、行う検査で発見できる範囲があることを理解しておくことが必要です。自覚症状など気になることがあれば、この検査結果に限らず、専門医による詳しい検査をお勧めします。健診スタッフに相談いただければ、病院の紹介など適切なアドバイスをさせていただきます。

その2

受診される方は、あらかじめ自分の健康状態を把握しておき、健康質問票に正直に答えることや、専門スタッフに受診時の体調を正確に伝えることが重要です。

健診の目的

＜受診時の症状、検査結果から自分の健康状態が認識できる＞

検査分類	検査項目	これらの検査でわかること	おもな症状など	病院などで行う 詳しい検査
身長・体重	肥満度 (BMI法)	肥満度 (BMI25以上を肥満とする)	—	—
血圧測定	血圧測定	高血圧症、低血圧症、高血圧症からくる生活習慣病 (動脈硬化、狭心症等) など	・最近、めまい、頭痛、肩こり、動悸などが多い	眼底検査 心電図検査 心臓超音波検査 頸動脈エコー検査 頭部CT検査、MRI検査など
糖代謝	尿糖 空腹時血糖 HbA1c	糖尿病やその予備軍、腎性糖尿、耐糖能障害など	・急にやせてきた ・異常にのどが渇く ・トイレの回数が増えた ・ご飯を食べても満腹感がない ・体がだるく疲れやすい ・皮膚がかさかさしてかゆい ・足がむくんでいる ・最近視力が落ちた	負荷血糖検査 膵臓CT検査 インスリン検査 (IRI) 眼底検査など
腎尿路系	尿蛋白 尿潜血反応 クレアチニン	腎炎、腎不全、ネフローゼ症候群、尿路感染症、尿路系の異常、炎症など	・まぶたがはれぼったい ・顔や手足がむくむ ・体がだるい ・尿が赤かったり、にごっている ・尿の出がわるい	腎臓超音波検査 腹部単純X線検査など
脂質代謝	総コレステロール HDL-コレステロール (善玉コレステロール) LDL-コレステロール (悪玉コレステロール) 中性脂肪	高脂血症、肝臓病、動脈硬化、狭心症、脂肪肝など	・肥満、高血圧、糖尿病とともに脂質代謝異常は冠状動脈や脳血管障害などの原因となる	眼底検査 心電図検査 動脈硬化測定など
肝機能	AST (GOT) ALT (GPT) γ-GTP ALP	無症状のことが多いアルコール性肝障害、ウイルス性肝炎の疑い、肥満に伴う脂肪肝、高脂血症など	・原因のわからないだるさ、疲労感が続き気がでない ・食欲がない ・尿の色が茶褐色 ・皮膚の色が黒ずむ、顔色が悪い ・白目の部分が黄色っぽくなる ・お酒の量が減ってきた ・手足がむくむ	肝炎ウイルス抗原、抗体検査 (HBV、HCV) 肝臓超音波検査 AFP、CEA検査など

検査分類	検査項目	これらの検査でわかること	おもな症状など	病院などで行う 詳しい検査
尿酸	尿酸	痛風、腎機能障害など	・発作が起こると足の親指の付け根などがはれて非常に痛い	骨部X線検査など
血球検査	赤血球数	貧血症、鉄欠乏性貧血、悪性貧血、多血症など	<ul style="list-style-type: none"> ・顔色が悪く青白い ・全身の倦怠感がある ・頭が重い、耳鳴りがする、めまいを起こしやすい ・動悸や息切れが多い 	血清鉄検査 鉄結合反応検査 骨髄検査など
	ヘマトクリット			
	ヘモグロビン			
	MCV			
	MCH			
MCHC				
	白血球数	細菌感染症、白血病、再生不良性貧血など		
	血小板数	血小板減少性紫斑病、白血病、再生不良性貧血、肝硬変など		
呼吸器系	胸部X線	肺炎、気管支炎、肺結核、肺癌、心肥大など	<ul style="list-style-type: none"> ・微熱が長くつづいている ・息苦しいことがよくある ・少し体を動かすと息切れがする ・空咳やたんがふえてきた ・たんに血がまじることがある ・胸や背部に鈍い痛みがある 	肺機能検査 (スパイロメトリー) カクタン検査 胸部CT検査 肺シンチグラムなど
消化器系	食道・胃部X線	胃液の食道への逆流、食道がん、胃炎、胃潰瘍、胃がん、胃ポリープ、十二指腸潰瘍など	<ul style="list-style-type: none"> ・ときどき胃が痛むことがある ・急にやせてきた ・胃がもたれ重苦しい ・食べ物の好みが変わった ・黒い便がでることがある ・下痢をしやすくなった ・吐き気、吐くことが多くなった 	内視鏡検査 ピロリ菌検査など
	便潜血反応 (大腸疾患)	大腸などの潰瘍、ポリープ、がん、痔など	<ul style="list-style-type: none"> ・下痢、便秘など便通異常が頻繁におこる ・便が細くなった ・大便に血が混じっている ・原因のはっきりしない貧血がある 	大腸内視鏡検査 注腸X線検査など
心電図	心電図	不整脈、狭心症、心筋梗塞、心肥大など	<ul style="list-style-type: none"> ・胸がしめつけられる・押さえつけられる・重くなるなど ・胸部不快感や閉塞感がある ・動悸、息切れ、左胸部痛、胸部圧迫感、めまいなどがある 	心臓超音波検査 負荷心電図検査 ホルター心電図 心筋シンチグラムなど
子宮細胞診	医師採取法 自己採取法	子宮がん、子宮筋腫など	<ul style="list-style-type: none"> ・不正出血がある ・閉経以後に出血がある ・おりものに血が混じることがある ・悪臭のするおりものがある ・腰痛や下腹部の痛みがつづく 	子宮頸部・体部細胞診検査 子宮・卵巣超音波検査など
乳房診	超音波診断法	乳腺症、線維腺腫、乳がん	<ul style="list-style-type: none"> ・乳房にしこりがある ・脇の下にしこりがある ・乳房に痛みがある ・乳首を指でつまむと血や分泌物がでる ・乳房の皮膚にひきつれ、くぼみがある ・乳首がへこんでいる 	マンモグラフィー検査 乳房MRI検査など