

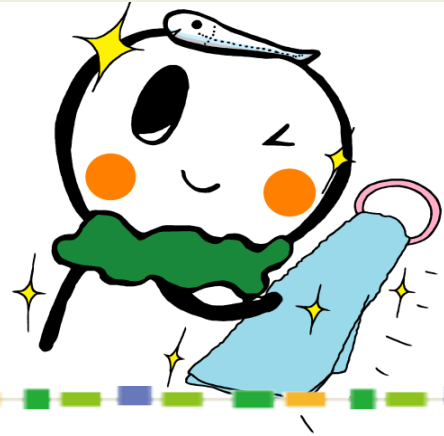


病気予防のために活用できる

健診・検診特集

健康でいるために

今すぐできる！
病気予防！



～ 予防のポイント ～

- * 自分の体・心に関心を持ちましょう
- * よく動き、バランスよく食べ、よく寝ましょう。
- * 予防のための正しい知識・情報を知りましょう。
- * 定期的に健診(検診)を受けましょう

予防のためには健康チェックが大切！

健康チェックには、**健診・検診**という方法があります。

けんしん豆知識

健診とは？

特定健診(特定健康診査)・高齢者健診など

病気の危険因子※をみつけること

※病気が起こる可能性を高くするもの



検診とは？

がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検診、歯周疾患検診など

特定の病気そのものをみつけること

健診でわかる、こんなこと

- 高血圧 ・ 糖尿病
- 脂質異常症
- 肝機能障害
- 腎機能障害
- 低栄養 等

生活習慣病のリスク等、病気の危険因子がわかる！



健診の内容

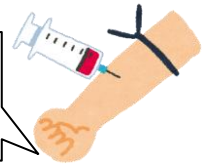


身体計測

肥満度や内臓脂肪の量の目安等を知ることができます。

血液検査

体の内側の状態を知ることができます。



血圧測定

血圧は心臓や血管の疾患など、様々な病気のリスクをみる、大切な指標です。



尿検査

糖尿病、腎機能低下などのリスクを知ることができます。



診察



医師の判断により心電図、眼底検査

より詳しく血管変化の進行を調べる必要がある時に検査をします。

検査項目

身体計測[身長・体重・BMI・腹囲]、**問診**、**医師の診察**、**血圧測定**、**尿検査**[尿糖・尿蛋白・尿潜血・ウロビリノーゲン]

血液検査[血液検査一般：白血球・赤血球・血色素量・ヘマトクリット値・平均赤血球容積・平均赤血球血色素量・

平均赤血球血色素濃度・血小板数] [肝機能検査：GOT(AST)・GPT(ALT)・ γ GPT(γ -GT)・アルブミン値]

[脂質検査：総コレステロール・中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・動脈硬化指数] [痛風検査：尿酸]

[糖尿病検査：空腹時血糖・ヘモグロビンA1C] [腎機能検査：尿素窒素・血清クレアチニン]

医師の判断により心電図・眼底検査

年に1回健診を受けて、病気予防をしましょう！