



生活習慣病を見逃さない

健診結果はベース人間ドックで深掘りする

読者の皆さんは、きっと元気に日々の仕事にまい進しておられることでしょう。ただ体調が良いからといって、油断してはいけません。糖尿病などの生活習慣病は自覚症状がないので、病状が進行するまでわからないケースが多いのです。後悔する前に、健診や人間ドックを定期的に受けて、生活習慣病の兆しがあれば、しっかりと対処してください。

健診では法令によって、血糖値検査や肝障害検査といった調べる項目が決まっています。必要時にはレントゲン、検便などの検査もあります。病気の早期発見・早期治療を目的に、最低限の項目を調べるのが健診です。

一方、人間ドックは無料や低料金で受けられる健診と違って、原則として健康保険の適用外で費用は自己負担です。しかし、いろいろなオプションが付けられます。例えばCT(コンピュータ断層撮影)検査を行えば、レントゲンよりも体内を投影した写真の情報量が多いので、より正確に身体の状態を評価することができます。

強力な磁場を利用して体内の状態を撮影するMRI検査を行う脳ドックをオプションで追加したら、脳血管が細くなっているなどの異常や、くも膜下出血を引き起こす可能性のある脳動脈瘤(脳の動脈に発生するコブ)の有無なども、より正確に評価できるのです。

レントゲンと胃カメラは特徴が異なる

胃の検査には、バリウムを飲んでレントゲン写真を撮るX線検査と、胃カメラで調べる内視鏡検査があります。前者は、経験豊かなベテランが行わないと、きれいに胃の中が写りづらい面があります。また、X線による被ばくもあります。

直接、胃の内部を見られる胃カメラなら被ばくの心配はありませんし、組

織を取る道具も使えるため、必要時には病変の組織をつまんで病理検査し、より早い診断も可能です。最近では鼻からも入れられるなど、受診者の身体への負担も減りましたが、それでもレントゲン検査に比べると肉体的な負担は大きく、人によって苦痛を伴います。そして内側から小さな視野で見るので胃全体の形が見られず、患部の全体像が分かりづらいともいわれています。

どんなオプションを付ければよいかは、人それぞれ。たとえば人間ドックのオプションには、心臓や頸部、腹部などを調べる超音波検査があります。被ばくの心配がないのも利点です。心臓の動きが見られる超音波検査「心エコー」は、心電図の異常や心雑音(正常な心音以外の音が聞こえる症状)といった心機能障害の疑いがある方は受けるべきでしょう。

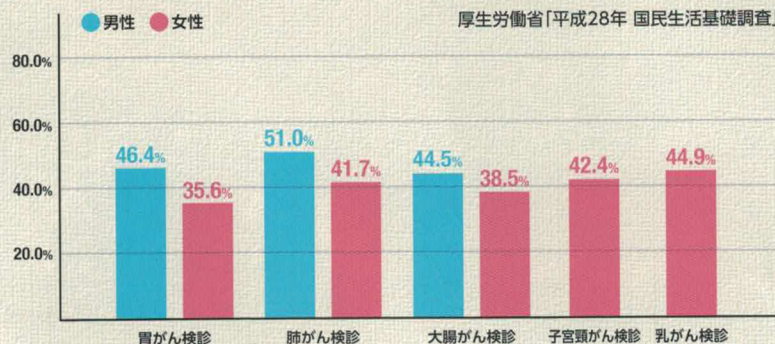
糖尿病やメタボも心臓の筋肉にダメージを与えて収縮機能が低下し、心不全に至るリスクがあり、心エコーで確認すべきです。頸部への超音波検査では、頸動脈を見ることが心臓の動脈硬化の可能性をある程度、推測できます。

まず健診を受け、正常値でなかった箇所や、数値が悪くなっている項目に関するオプションを検討してください。



がん検診の受診率

厚生労働省「平成28年 国民生活基礎調査」



【監修】**浅海直** あさうみなお
(医療法人社団平成成会産業医)

1993年千葉大学医学部卒。2007年12月まで松戸市立福祉医療センター東松戸病院(内科副部長)、2008年1月より板橋区役所前診療所に勤務。専門分野は糖尿病、脂質異常症、甲状腺疾患等の代謝・内分泌疾患および老年医学。