

# ほっとクリニック

## 町立金山診療所だより 90

金山町大字金山548-2 ☎52-2915



### 定期的な健診・受診が大切

日本人の死因の第1位は「がん」で、次いで第2位「心疾患」、第3位「肺炎」、第4位「脳血管疾患」と続きます。

こうしたかかりやすい病気を知り、その原因となり得る異常を発見するための検査を行えば、病気の早期発見に役立ち、進行を食い止めたり、治療したりすることも可能になります。

私たちは、体調に異変があるなど、何らかの自覚症状があれば、医療機関を受診しますが、「糖尿病」や「高血圧」「脂質異常症」などの生活習慣病は、病状がかなり進行しないと自覚症状が現れません。しかも「コレステロール値が高い」とか「血圧が高い」といった状態は、外見のみで判断することは難しいのです。また、死因第1位のがんも、実際は何年もかかって進行するというケースが多いのです。

そうした意味から、行われているのが日頃の健康状態をチェックする「健康診断」なの

です。

### ☆結果の生かし方

「健康診断」や「人間ドック」も受けただけでは意味がありません。もしも異常があれば、その結果をもとに、精密検査を受け、治療を行い、生活習慣の改善に取り組む必要があるのです。

その際に気を付けなければならぬのは、健診結果の「基準範囲」の捉え方です。例えば、血液検査で、数値が基準範囲だったとしても、その数値が前年から2倍に増えていたとしたら、何らかの病気の兆候である可能性も否定できません。そうした観点からも、定期的に健診を受けることが必要なのです。将来の医療費抑制はもちろんのこと、いつまでも健康で、生き生きと生活できるように、日頃からの生活習慣の改善と、定期的な健診を心掛けましょう。

町立金山診療所

臨床検査技師 大森 喜江

## 《ごあんない》

### ◎診療所の人間ドック検診

- ・特定健診（身長・体重・腹囲測定、血圧測定、尿検査、血液検査、眼底検査）
- ・肺がん検診 ・胃がん検診 ・大腸がん検診 ・腹部超音波検査

この他に、骨密度検査、前立腺がん検診（50歳以上）、肝炎ウィルス検査、胃がんリスク評価を料金追加で希望することもできます。

※町助成を受ける場合は、国保加入の方は5,000円、その他は12,530円の自己負担で受けられますが、申込受付は役場健康福祉課となります。

※独自で受診される場合は、1日ドックが31,500円、1泊ドックが70,000円（追加項目除く）の負担となります。申込・問合せ先は診療所です。