



produced by MEDIPLAT

## 衛生講話資料

# 健康診断結果の見かた①

総論：「何を見ているか」を知る

## 1. そもそも「健診」とは

1. 健診の種類
2. 健診で大切なこと

自分が「何を」  
受けているのか  
把握していますか？

## 2. 健診項目の見かた

1. 項目一覧
2. メタボリックドミノ
3. 「健診引っかけかった」のイメージ



## ① 定期健康診断・雇入時健康診断（法定健診）

会社が1年に1回以上労働者に受けさせる健康診断

法律に定められており、「**健診**」といえば通常はこれを指す

## ② 特定健康診査（特定健診）

生活習慣病の予防のために、40～74歳を対象に自治体が行う健康診断  
発症リスクが高い人は、専門職による**特定保健指導**を受けることができる

## ③ がん検診

がんの早期発見のために、国民全員を対象に国が推奨し、自治体が行う検査  
胃・大腸・肺・乳がん（40歳～）・子宮頸がん（20歳～）が推奨されている

## ④ 人間ドック

①～③全てを含み、健康増進のために個人が任意で受ける健康診断  
特に**法的義務はない**が、企業が**福利厚生**として費用負担することも



健(検)診は 受けただけでは 意味がない

健診項目の多くは、「自覚症状が出る前の異常サイン」を見つけている  
「症状ないし放置しても大丈夫」ではない。適切な精密検査を受ける

「戻れるうち」に対策を

健診項目の中にも「まだ改善できるもの」と「病気ラインのもの」がある  
早めに出るサインを知り、その時点で対策を

全ての病気は調べていない

生活習慣病健診でがんは調べていない  
「何を見ているか」を意識して受ける



# 健診項目を整理

体型	脂質	肝機能	糖代謝	腎機能
<u>身長・体重</u> <u>BMI</u> <u>腹囲</u> 体脂肪率	総コレステロール <u>HDL-C</u> <u>LDL-C</u> <u>中性脂肪</u> nonHDL-C	<u>AST(GOT)</u> <u>ALT(GPT)</u> <u>γ-GTP</u> LDH ALP コリンエステラーゼ	<u>空腹時血糖</u> (随時血糖) <u>HbA1c</u> <u>尿糖</u>	クレアチニン eGFR 尿酸 <u>尿蛋白</u> 尿潜血
血圧/心臓	血液一般	眼科	聴力	レントゲン
<u>収縮期血圧</u> <u>拡張期血圧</u> <u>心電図</u>	<u>赤血球数</u> <u>ヘモグロビン</u> <u>ヘマトクリット</u> 白血球数 血小板数	<u>視力</u> <u>眼底検査</u> <u>眼圧検査</u>	1000Hz 4000Hz	<u>胸部レントゲン</u>

**太字**は法定健診項目  
下線は特定健診項目

## その他のよくある項目

### ■ 眼科検査

眼底検査（高血圧・糖尿病による網膜障害）・眼圧検査（緑内障）など  
視力だけで判明しない視野などの問題も見ることができる

### ■ 超音波検査

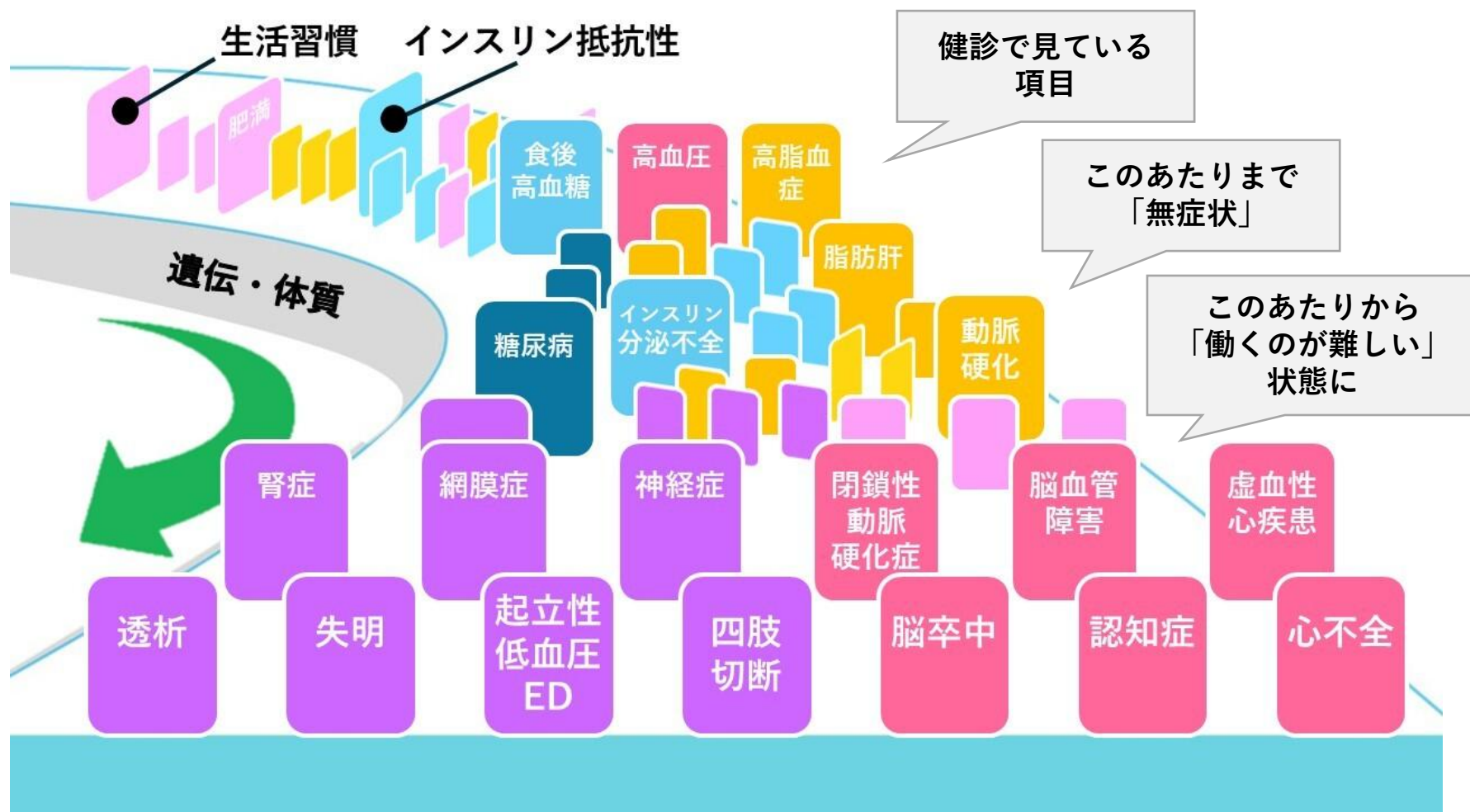
心臓超音波：心臓の形と機能を検査。心電図の異常や症状がある場合に  
腹部超音波：腹部臓器の検査。女性器や男性の前立腺などが含まれる場合も  
頸部超音波：動脈硬化の検査。特に脳血管疾患のリスクを見ている

### ■ がん検診

がん検診：胃カメラ、便潜血、子宮頸部細胞診/HPV検査、マンモグラフィー  
その他：大腸カメラ、乳房超音波、PSA検査など

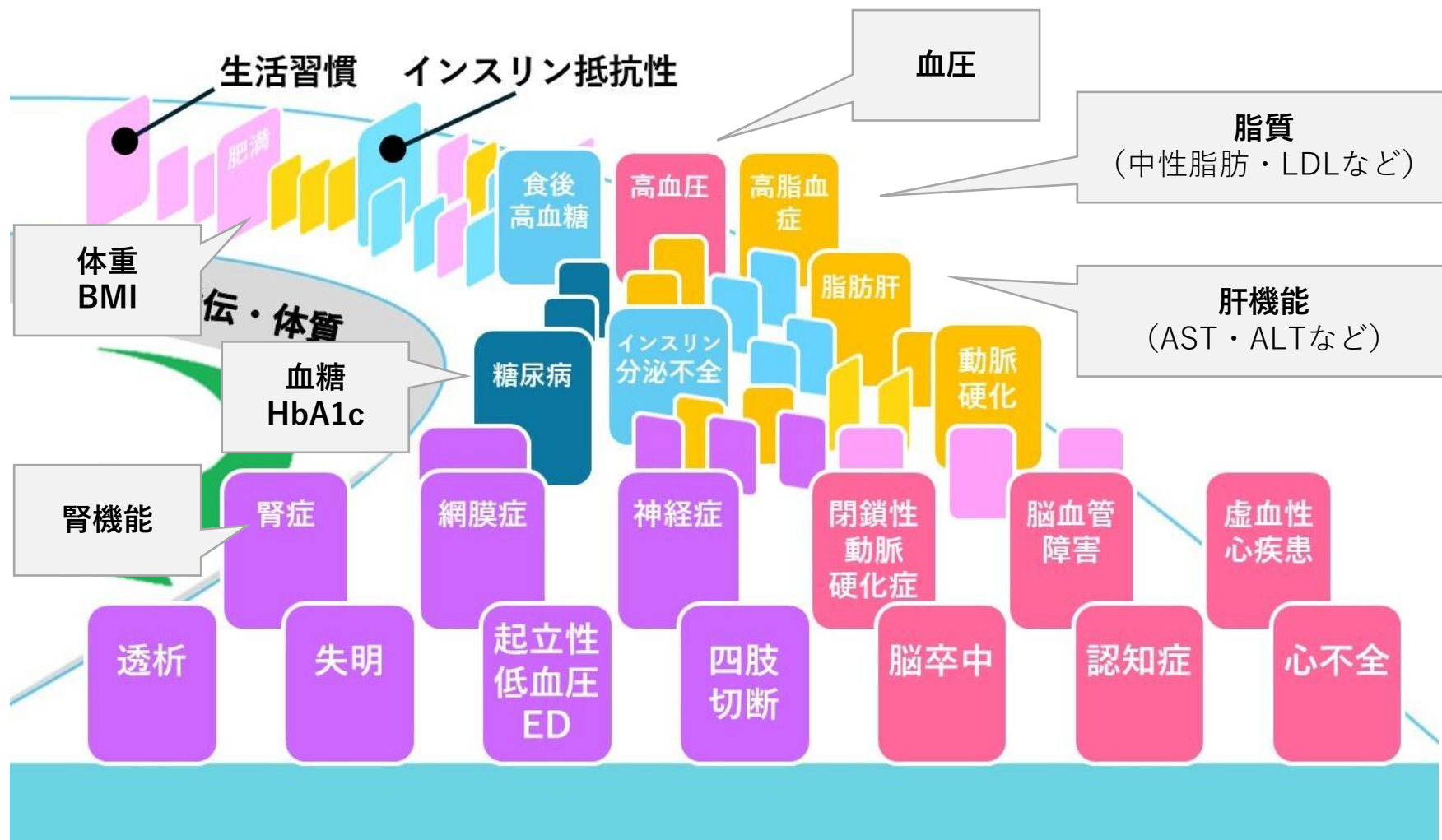
「人間ドック」などで多く提供  
法律の枠組みでは定められておらず、あくまで任意項目

# 「メタボリックドミノ」を意識



症状が出た頃には「もう遅い」

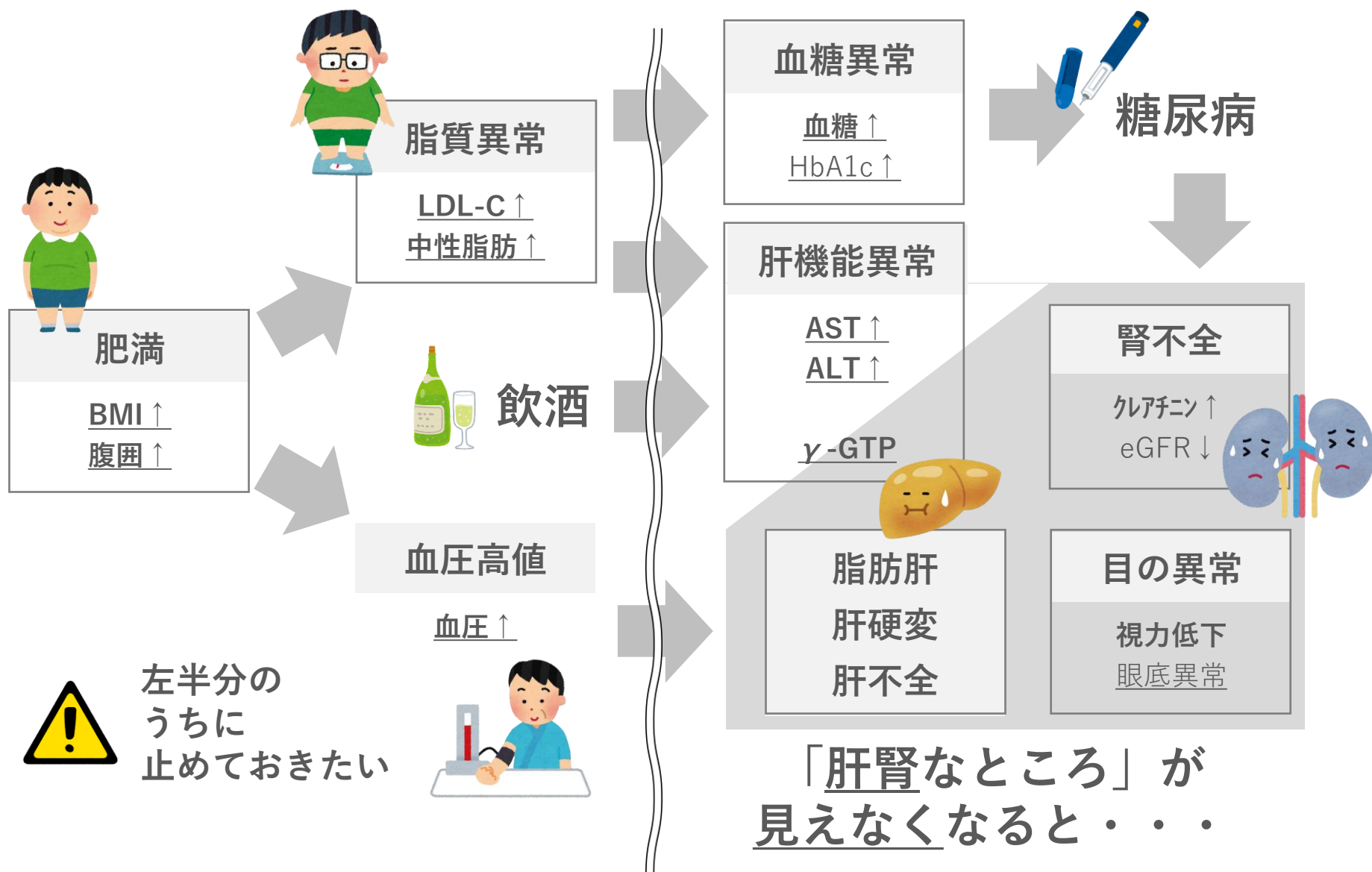
# 健康診断でみているもの



多くが「症状が出る前」の指標



# 「健診異常」の進みかた



## 「健診引っかけかった」のイメージは？

よくある「異常」の  
イメージ



「現実」のイメージ



「軽い病気」は「戻れない重い病気」の  
重大な予兆