

健康一口メモ

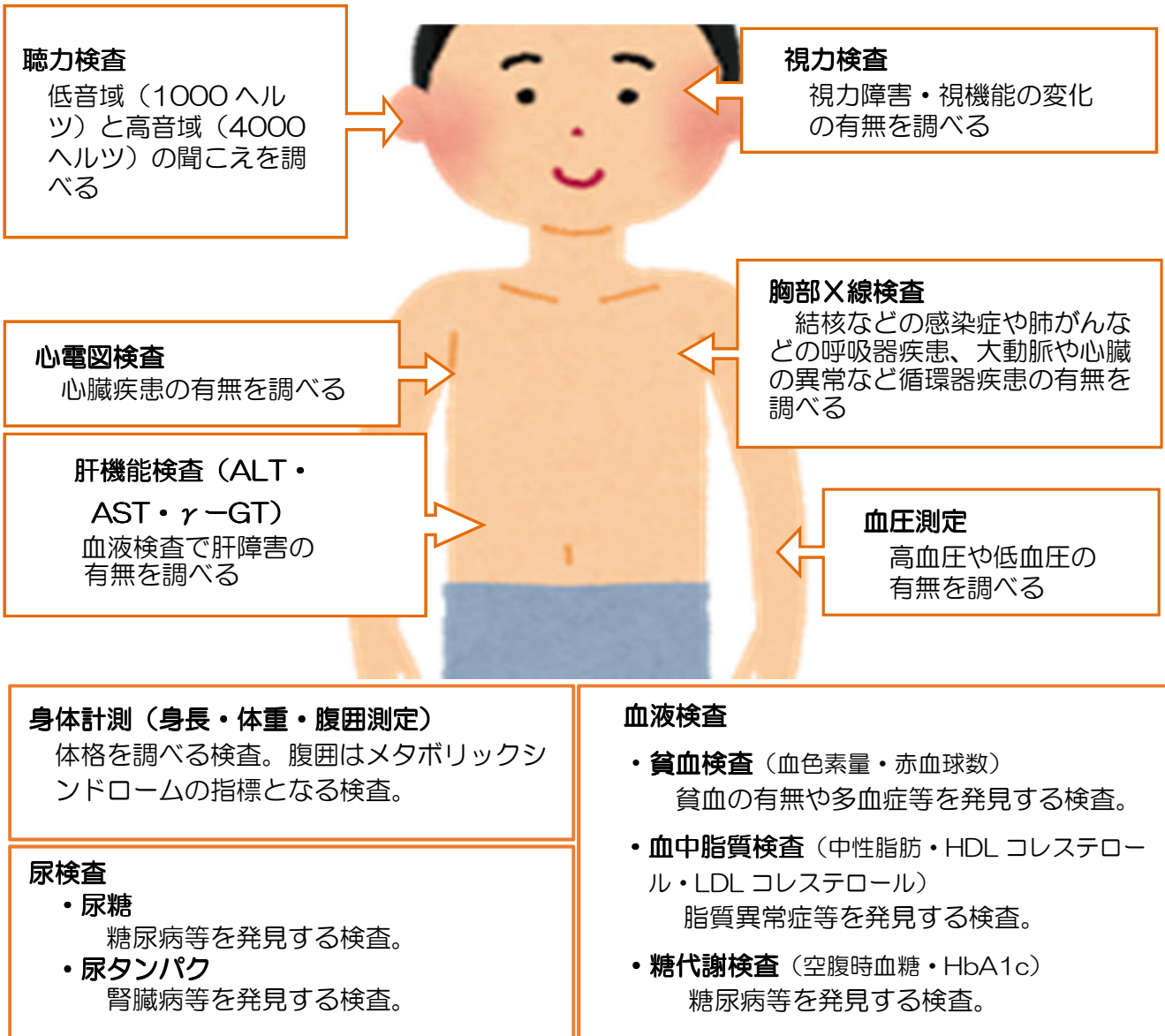
～ 健康診断で受ける検査について ～

毎年働く人が受ける定期健康診断の検査項目は、労働安全衛生法で定められています。健康診断は働く人の健康状態を把握して勤務に差し支えがないかどうかを知るだけでなく、業務によって引き起こされる病気の予防や早期発見に役立てられます。

1. 働く人が受ける健康診断（定期健康診断）

常時働く人は、労働安全衛生法に基づき、下記の検査を年に1回受ける必要があります。

※年齢等により、検査を受ける項目は異なる場合があります。下記は一般的に行われる定期健康診断の項目です。



2. 人間ドックでよく行われる検査

人間ドックでは定期健康診断のほかに、下記の検査がよく行われます。

胃部X線撮影

バリウムを飲んで胃のレントゲン画像を撮影する検査。食道・胃・十二指腸の疾患の有無を調べる

胃内視鏡検査

口または鼻から内視鏡を挿入し、食道・胃・十二指腸の内側を観察し疾患の有無を調べる

腹部超音波検査

腹部に超音波を当て臓器の状態を調べる検査。肝臓・胆嚢・すい臓・腎臓等の疾患の有無を調べる

肺（呼吸）機能検査

大きく息を吸ったり吐いたりし、肺活量など肺の機能を調べる

眼底検査

眼の奥の写真を撮り、動脈硬化の程度や生活習慣病の合併症の有無等を調べる

眼圧検査

眼に空気を当て眼の内側からかかる圧力を調べる

3. 検査を追加して受ける（オプション検査）場合

希望によっては検査を追加できる場合があります。追加できる項目は健診機関によって異なります。

<オプション検査の選び方>

どの検査にも検査を受けることによるメリットとデメリットがあります。たくさん受けるより、その検査が本当に自分に必要かどうかを考えて受けましょう。

① 年齢ごとでかかりやすい病気に関する検査を受ける

年齢ごとに気をつけておきたい病気に関する検査を追加しましょう。

追加する検査の例（参考：日本人間ドック学会）

30歳代：女性の場合は**乳がん検診**、**子宮がん検診**を追加

40歳代：**大腸内視鏡検査**、**胸部CT検査**、**喀痰細胞診**

さらに女性の場合は**乳がん検診**、**子宮がん検診**、**骨密度測定**も追加

50歳代：40歳代と同様の検診に加え、**心臓ドック（心エコーや頸動脈エコーなど）**、**脳ドック（MRI）** を追加

さらに男性の場合は**PSA検査**、女性の場合は**乳がん検診**、**子宮がん検診**、**骨密度測定**も追加

② 身内がかかったことのある病気の検査を受ける

例えば…

父が脳梗塞にかかった→**脳ドック（MRI）**を追加

兄弟が大腸がんにかかった→**大腸内視鏡検査**を追加

③ 特に気になる部位の病気に関する検査を受ける

※ただし、症状のある人は健康診断ではなく、必ず医療機関を受診してください。健康診断は症状のない段階で受けることで、病気の予防効果が得られます。

例えば・・・

体型がやせ型のため、骨密度が気になる→**骨密度測定**を追加

腫瘍マーカー検査について

がんは種類によって特徴的な物質を作るものがあり、その物質のうち、体液（主に血液）で測定可能なものがこの検査です。主に診療の場でがんの治療効果を診るために使われ、最近では健診の場でも利用されています。この検査はあくまでも他の検査の補助として使われるものであり、残念ながらこの検査だけで特定のがんを早期発見するのは難しいのが現状です。この検査で異常を指摘された場合は、必ず医療機関を受診し、医師にご相談ください。

4. がん検診のすすめ

定期健康診断の際にがん検診を受ける機会のない方は、お住まいの自治体で行われるがん検診を利用しましょう。利用方法や料金は各自治体により異なります。詳しくはお住まいの自治体のホームページや広報等でご確認ください。

＜国で推奨されているがん検診の項目＞

種類	検査項目	対象者	受診間隔
胃がん検診	問診に加え、胃部エックス線検査、又は胃内視鏡検査のいずれか	50 歳以上 ※当分の間、胃部エックス線検査については 40 歳以上に対して実施可	2 年に 1 回 ※当分の間、胃部エックス線検査については年 1 回実施可
子宮頸がん検診	問診、視診、子宮頸部の細胞診及び内診	20 歳以上	2 年に 1 回
肺がん検診	質問(問診)、胸部エックス線検査、及び喀痰細胞診	40 歳以上	年 1 回
乳がん検診	問診及び乳房エックス線検査(※視診、触診は推奨しない)	40 歳以上	2 年に 1 回
大腸がん検診	問診及び便潜血検査	40 歳以上	年 1 回

※上記は厚生労働省「がん予防重点健康教育及びがん検診のための指針」で定められたもので、集団のがん死亡率を減らす目的に沿ったがん検診の内容です。