

今回のおはなし

- 「健診結果 みてますか」
- 「たばこの害について」



健診結果 見てますか？

「健診」と「検診」の違いがわかりますか？

「健診」は、受けた時点の全身の健康状態を確認し、病気につながる異常がないかを調べることで、「検診」は、胃がんや乳がんなど特定の病気ないかを調べ、早期発見、早期治療につなげることが目的です。

労働者は、事業者が行う健診の受診が労働安全衛生法で義務付けられています(アルバイト、パート労働者は条件にあてはまる場合)。主な検査内容は、身体計測、血圧測定、血液検査、胸部エックス線、尿検査、聴力検査、心電図です。血液中のブドウ糖の量を示す血糖値や、コレステロール、血圧は心疾患障害や脳血管障害のリスクがわかります。肝臓の解毒作用に関係するγ-GTPの数値が高い時は、アルコールによる肝障害、肝臓や胆道の病気などが疑われます。基準値から少し外れているからといって気にしすぎる必要はありません。数値は加齢に伴って異常が出てくるし、その日の体調によっても変化するため、経年変化に注目するといいです。経年変化を確認するためにも、健診は毎年受けるようにして下さい。

もし、異常が指摘されたら、早期に医療機関を受診することが大切です。専門家が根拠を持って判定しているので、異常値があっても自覚症状がない病気も少なくなく、症状がでてから受診するのでは遅いです。

健康診断で分かること

検査項目		リスクが高まる、疑いのある主な疾患 Ⓜ 基準値より高い場合 Ⓜ 基準値より低い場合
身体測定	BMI	Ⓜ 肥満、メタボリック症候群 Ⓜ 低体重
血液検査	中性脂肪	Ⓜ 動脈硬化を進行
	HDL(善玉)コレステロール	Ⓜ 脂質代謝異常、動脈硬化
	LDL(悪玉)コレステロール	Ⓜ 動脈硬化を進行。心筋梗塞や脳梗塞の危険性を高める
	GOT、GPT	Ⓜ 肝炎、脂肪肝、肝臓がん
	γ-GTP	Ⓜ アルコール性肝障害、慢性肝炎、胆汁うっ滞
	血糖値、HbA1c	Ⓜ 糖尿病
	尿酸	Ⓜ 高尿酸血症、痛風、尿路結石
	赤血球	Ⓜ 貧血
心電図		不整脈、狭心症、心筋梗塞
胸部エックス線		肺炎、肺結核、肺がん、肺気腫
尿検査	尿たんぱく	腎炎、糖尿病腎症

健診に備えて、前日だけ飲酒を控えたり、数日前から摂生したりする人もいますが、数値への影響はほぼありません。健康状態を知ること、生活習慣を見直したり、自身の体への関心を高めるきっかけにしてください。

ザ・タバコ

★喫煙とがん

たばこの煙の中には、多くの発がん性物質が含まれます。喫煙は、多くの発がん性物質への暴露やDNAの損傷を引き起こし、がんのリスクを高めます。喫煙との因果関係が明らかになっているがんには、肺がん、口腔・咽頭がん、喉頭がん、鼻腔・副鼻腔がん、食道がん、胃がん、肝臓がん、膵臓がん、子宮頸がん、膀胱がんがあります。また、がん患者の喫煙は、生命予後を悪化させること、および二次がんを引き起こしやすくすることもわかっています。

★喫煙と循環器疾患

たばこを吸うと、動脈硬化や血栓の形成が進むことから、虚血性心疾患を引き起こす原因となります。また、脳卒中（脳出血、くも膜出血、脳梗塞）のリスクを高めます。それだけでなく、喫煙は動脈硬化性疾患の早期発症や重症化にもつながることが報告されています。

★喫煙と糖尿病

たばこを吸うことは交感神経を刺激して血糖を上昇させるだけでなく、体内のインスリンの働きを妨げる作用があります。そのため糖尿病にかかりやすくなります。また、糖尿病にかかった人がたばこを吸い続けると、治療の妨げとなるほか、脳梗塞や心筋梗塞・糖尿病性腎症などの合併症のリスクが高まることがわかっています。

厚生労働省 eヘルスネットより



高温に豪雨、干ばつ、台風やハリケーンの大型化。激しさを増す一方の「気候変動」は、命への直接の脅威に加え、健康への影響も大きいです。中でも、子どもたちは、大人に比べ被害を受けやすく、周囲の配慮が必要です。

（一社）浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実 1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812（月～金：10～15時）

Fax 047-355-6810

メールアドレス yaku_ura_t@urayaku.jp

ホームページ <https://www.urayaku.jp/>