

健診を受けましょう ~こんなことがチェックできます~

村の総合健診が始まります。
基本健診は「メタボリックシンドローム」の考え方を
取り入れた生活習慣病予防を中心とした内容と
なっています。

総合健診の詳しい内容は
4月号広報折り込みちらしを
ご覧ください！

内容 問診、身体計測、血圧測定、腹囲測定、検尿、心電図、血液検査、診察

基本健診から主に以下のような症状がわかります

肥満

内臓脂肪が増えすぎると分泌されるホルモンに異常が起こり、高脂血症、高血圧、高血糖の引き金になります。

高血圧

高血圧が続くと血管が硬くなり、動脈硬化を招き、心臓病や脳梗塞などを引き起こします。
自覚症状がないのもこわいものです。

高脂血症

血液中に余分なコレステロールがたまり、それが血管の壁にたまって動脈硬化を招き、心臓病や脳梗塞などを引き起こします。
高血圧と同じように自覚症状がないのもこわいものです。

糖尿病

高血糖の状態のまま放っておくと血管や神経が傷つけられ、全身にさまざまな合併症を引き起こします。
網膜症（失明につながる）
糖尿病性腎症（人工透析の原因）
末梢神経障害（下肢の壊死など）

貧血

脳や筋肉が酸素不足になり、めまいや頭痛、疲労感などが起こります。また心臓に負担がかかるため、動機や息切れも起こります。
ほとんどが鉄欠乏性貧血ですが、他の病気が隠れていることもあります。

肝機能異常

食事やアルコールによるもの、ウイルスの感染によるもの、薬剤によるものなどがあります。
進行すると、肝炎や肝硬変、肝臓がんなどにつながります。

腎機能異常

高血圧や糖尿病などが原因で腎機能が低下する場合があります。

健診から見つかった生活習慣病は「氷山の一角」です

メタボリックシンドロームで注目される「肥満」「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」はベースに「代謝機能の低下」があり、それぞれの病気が密接に関係しています。そのため、ひとつの病気が改善されても、運動や食事などの生活習慣が改善されなければ、根本的な解決につながりません。

**がん検診(胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、乳がん、子宮がん)、
肝炎ウイルス検査も、病気の早期発見・治療が大切です**

健診受診の機会を大切に・・・健康づくりにいっかしましよう