

いつも当会の健康診断・人間ドックをご利用いただきありがとうございます。今回は、判定基準を意識した健康診断受診後のお話しです。

未来の自分を守ろうー健康診断の結果から

臨床検査技師
中原 寿子

PROFILE

新潟市西区在住。食べることが大好きです。新潟は美味しいものがたくさんあり、四季折々楽しみがいっぱいです。昨年、新潟市西区産のキウイフルーツをいただきました。西区でキウイ！少し毛深くて、色と味が濃い！！今年も楽しみにしています。

未来の自分を守ろうー健康診断の結果から

あなたの健診結果が お手元に届いたら、 じっくりとご確認ください。

健診結果の封書には、「健康診断結果のお知らせ」「健康診断結果判定基準等について」の他、当会からのご案内「健診結果をあなたのスマホにお届けします」や、該当する方には「あなたの総合判定は…」「健診ぶらす(オプション検査)」の結果などが同封されています。

健康診断結果のお知らせには、総合判定A～Eのいずれかが表示され、その横には判定基準A～Eの説明があります。判定基準は、AからよくないDへと重み付けされており、Eは治療中の判定となります。



お手元に届く「健診結果のお知らせ」です。

A	今回の検査では、異常ありません。
B	わずかに所見はみられますが、日常生活に差し支えありません。
C	生活習慣を改善し、約3か月後に再検査を受け、経過を観察してください。
D2	医療機関で早めに精密検査を受けてください。
D1	医療機関で早めに指導・治療を受けてください。
E	治療中の方は、引き続き医師の指導を受けてください。

まずは、総合判定をチェックし、■生活のアドバイスをお読みください。

今の自分の健康を厳しくチェック!!

今回の総合判定はいかがでしたか。

もし、D2やD1があったなら、速やかに医療機関を受診しましょう。時間がなかったり、予約が大変だったりするかもしれませんが、不安を抱えたままより、一度しっかりと見てもらうことをお勧めします。そこで、問題ない結果であれば安心ですね。

すでに治療中の方は、継続して医師の指示に従ってください。

異常なしやわずかな異常のAやBの方、素晴らしいですね。Cの方、Cの数は1つですか?複数ですか?総合判定とその下の生活のアドバイスから、今の自分を確認しましょう。

◎私の体験談から

『D2』の総合判定が来れば
こうなりますよね。

『D2』『D1』の総合判定が来たら
ほったらかしにするのが一番危険です!!
早目の受診が大切です。
私はすぐに医療機関を受診しました。



総合判定D2の結果

前回、前々回の結果と比較できるようになっています。赤字のCは再検査と生活改善が必要です。D2は精密検査が必要です、早急に医療機関の受診をおすすめします。

ちょっと先の自分を変える努力を!!

今回AやBの方は、次回も同様の結果であるように生活しましょう。

Cの方は、生活のアドバイスを参考に何か改善できることがあれば実施し、今のうちにBやAになるよう行動してみませんか。Dにならなければ、B寄りのCでもいいですよ! と検査する立場からは願っています。

今はネットワーク社会です。何かできることは?と検索すると、いろいろなことを教えてくれます。その中で、自分に合うものや無理なく続けられるものが見つかるのではと思います。

階段をちょっと多めに利用する。ラーメンの汁を飲み干さない。体重を測る。飲酒量・喫煙習慣を見直す。など、毎日続けなくとも、自分に甘々でも、意識し、行動することでちょっと先の自分が変わっていくかもしれません。

よくない未来の自分の姿が見えてくる

わかっているけど、特に自覚症状もないし、生活に支障があるわけではないし、と数値が少しずつ変化している体からのSOSをそのままにいませんか。

知らない間にCからDへと進んでいくかもしれません。

そのまま放置したらどうなるのか、糖尿病の合併症の例をお話します。

健康ぷらす

NEW

検 査 項 目		料 金 (税込)	検 査 項 目		料 金 (税込)
すい臓がんリスク検査	血液検査	5,500円	心臓病リスク検査	血液検査	1,700円
超悪玉コレステロール検査	血液検査	2,900円	前立腺 (PSA) 検査	血液検査	2,400円
尿中アルブミン検査	尿検査	1,100円	甲状腺刺激ホルモン (THS) 検査	血液検査	1,100円
推定塩分・カリウム摂取量	尿検査	800円	血清フェリチン検査	血液検査	1,400円
ヘリコバクター・ピロリ抗体検査	血液検査	1,800円	関節リウマチ検査	血液検査	2,400円
胃がんリスク検査 (ABC検査)	血液検査	2,700円	アレルギー検査	血液検査	9,400円
糖尿病リスク検査	血液検査	1,500円	女性ホルモン検査 (59歳以下推奨)	血液検査	3,100円
肝硬変リスク (ATX) 検査 ※妊娠またはビル服用時 検査不可。	血液検査	2,400円	女性バック ●女性ホルモン検査 (59歳以下推奨) ●甲状腺刺激ホルモン検査	血液検査	3,800円
痛風検査 (尿酸)	血液検査	800円	男性バック ●前立腺 (PSA) 検査 ●肝硬変リスク (ATX) 検査	血液検査	4,400円
血液型検査 (ABO・Rh (D))	血液検査	2,000円			

個人向け 健康診断の際にお申込みいただけます。結果は個人のみで事業所には報告されません。

糖尿病は、初期の段階では自覚症状がほとんどないため、気づかないうちに進行し、長期間放置すると、以下のような合併症を引き起こす可能性があります。

- ・糖尿病網膜症:視力が低下し、最悪の場合失明に至る。
- ・糖尿病性腎症:腎機能が低下し、腎不全になり、最悪の場合人口透析や腎移植が必要になる。
- ・心筋梗塞や脳卒中・認知症:一般の人よりもリスクが高くなる。

守ろう! 未来の自分を

健康診断の受診は最初の一步クリアです。よくない未来を回避するために、CからDにならないように、健康診断の結果を活用し、食生活や運動習慣の見直し、必要な場合は速やかに医療機関を受診し、未来の自分を今から守っていきませんか。

健康診断の結果は健康診断管理アプリ「CARADA」を利用し、スマホで見ることができます。ちょっと気になる項目は、健診ぷらすがお手伝い。健診当日の申し込みが可能です。どうぞ、積極的に受診いただけたらと思います。

おまけの私の体験談

2016年3月の健康診断結果、総合判定D₂。えっ!? 「生活のアドバイス」欄には「乳房に精密検査が必要な所見が認められます。乳腺外来などで診察を受けてください」とありました。紹介状を持ってすぐに医療機関を受診。幸い早期発見で、すぐに治療し、9年目の現在まで再発なく過ごしています。

当会の超音波検査士と検診マンモグラフィ撮影認定診療放射線技師のスキルの高さに感謝しています。
うちのスタッフ、ホントにすごいですよ!!

時を同じくして、40代でホットフラッシュの猛烈な攻撃に直面。突然の滝汗に不眠、情緒不安定。これが更年期か?と、不安な気持ちで夏の健康診断で血液ぷらす(現健診ぷらす)の女性ホルモン検査を申し込みました。結果はC判定と予想通り。アドバイスに従い医療機関を受診し、漢方薬を処方してもらいました。

そして今年、新潟健診スクエアドック受診、その結果は…?

「体力テスト 立位体前屈 柔軟性 70歳」ひ〜〜。

お風呂掃除の合間に、ストレッチし、未来の自分をすこ〜し守っています。

今の時代は、身体も心も柔軟性が必須です♡
どうせなら実益を兼ねた家事ストレッチがおすすめです!!

こまめに身体を動かすことは
カロリー消化にもなり、
一石二鳥です!!



2025年度

働く人の健康を守る医学協会の 健康診断

定期健康診断

労働安全衛生法で定められた健康診断です。

	検査項目	料金
労働安全衛生法 による法定健診 (Aコース)	● 既往歴・業務歴の調査 ● 自覚・他覚症状の有無の検査 ● 尿検査(糖、蛋白) ● 身長、体重、腹囲、BMI ● 視力 ● 聴力 ● 血圧 ● 胸部エックス線検査 ● 心電図検査 ● 血液検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、AST、ALT、γ-GT、 グルコース(血糖)、ヘモグロビンA1c、赤血球数、ヘモグロビン、クレアチニン、 推算糸球体ろ過量(eGFR))	8,800円 (消費税込)
法定健診をより 充実させた健診 (Cコース)	● 既往歴・業務歴の調査 ● 自覚・他覚症状の有無の検査 ● 尿検査(糖、蛋白、潜血、ウロビリノゲン) ● 身長、体重、腹囲、BMI ● 視力 ● 聴力 ● 血圧 ● 胸部エックス線検査 ● 心電図検査 ● 血液検査(超悪玉コレステロール(sd LDL-C)、総コレステロール、中性脂肪、LDL コレステロール、HDLコレステロール、LDL-C/HDL-C比、クレアチニン、推算糸球体ろ 過量、(eGFR)、AST、ALT、γ-GT、ALP、総蛋白、グルコース(血糖)、ヘモグロビン A1c、尿酸、赤血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット値、白血球数)	14,300円 (消費税込)

健康診断オプション(事業所向け)

充実した健康管理のために用意した
定期健康診断に追加できる検査です。

	検査項目	料金
胃がん検診	● 問診 ● 胃部エックス線検査(デジタル撮影)	9,680円 (消費税込)
肺がん検診	● 問診 ● 胃部エックス線検査(正・側面2方向) ● かくたん細胞診	5,390円 (消費税込)
大腸がん検診	● 便潜血検査(2日法)	1,980円 (消費税込)
腹部超音波検査	● 超音波による画像診断 (肝臓、胆のう、膵臓、腎臓、脾臓)	5,830円 (消費税込)
骨粗しょう症検査	● 生活状況調査 ● 骨密度測定	3,190円 (消費税込)
血液検査の オプション	前立腺(PSA)検査	● PSA検査 2,310円 (消費税込)
	胃がんリスク検査 (ABC検査)	● ペプシノゲン検査 ● ヘリコバクターピロリ抗体検査(ラテックス凝集比濁法) 2,640円 (消費税込)
	ウイルス性肝炎検査	● HBs抗原・抗体 ● HCV抗体 3,190円 (消費税込)
	C型肝炎検査	● HCV抗体 1,760円 (消費税込)
女性のための オプション	子宮(頸部)がん検診	● 問診 ● 視診 ● 内診 ● 子宮細胞診 4,400円 (消費税込)
	乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	● 問診 ● マンモグラフィ検査(左右各2方向撮影) 5,500円 (消費税込)
		● 問診 ● 乳腺超音波検査 ● マンモグラフィ検査(左右各2方向撮影) 9,350円 (消費税込)
	乳がん検診 (3Dマンモグラフィ検査)	● 問診 ● 3Dマンモグラフィ検査(左右各2方向撮影) 9,680円 (消費税込)
		● 問診 ● 乳腺超音波検査 ● 3Dマンモグラフィ検査(左右各2方向撮影) 13,530円 (消費税込)