

内臓 危機一発!!

このページでは、健診結果の中で見逃されたり放置されがちな項目をピックアップ。
もしかすると、そこには重大な病気が隠れているかもしれません。
今回は、「貧血」の項目について取り上げます。

今回の
検査項目

貧血

女性も男性も要注意!

貧血とは?




全身に酸素を運ぶ赤血球のヘモグロビン濃度が低下し、からだ全体が酸欠になっている状態を指します。

貧血の原因は、①鉄分の材料不足、②月経や病気で出血、③造血能力の低下、④赤血球が壊れやすくなる病気の大きく4つに分けられます。
②～④では**大きな病気が隠れていることがあるので、まず検査を受けて原因を特定することが大切**です。

※ここでいう貧血とは、立ちくらみなどがおこるいわゆる脳貧血（一時的に脳の血液量が減少した状態）とは異なります。

健診結果を要チェック!

(単位:g/dl)

	血色素 (ヘモグロビン)	
男	13.1以上	 「基準値だけど油断禁物」 栄養バランスに気をつける。
女	12.1以上	
男	12.1～13.0	 「要再検査&生活改善」 まず検査を受けて原因の特定を。
女	11.1～12.0	
男	12.0以下	 「至急医療機関へ受診」 精密検査を受けて治療を開始。
女	11.0以下	

放置していると...

原因となっている病気が進行する
恐れがある!?



※人間ドック学会の判定基準による。基本的には、赤血球数・ヘマトクリット値を合わせて判定します。

貧血は、疲労感、倦怠感、顔色が悪い、軽い運動での動悸・息切れなどの症状がありますが、心不全をおこすこともあります。病気で出血が原因の場合、女性は**子宮筋腫や月経異常による過多月経**、男性や閉経後の女性は**消化管からの出血**であるケースが多くみられます。なかには、**子宮がんや胃がん**などが原因の場合があります。
貧血は女性に多いイメージが強いですが、男性でも注意が必要です。症状があっても「自分は疲れやすいから」などと放置する人も多いですが、**貧血が重要な病気発見の手がかりになることもあります**。たかが貧血とあなどることなく、必ず受診してください。

原因となる病気

女性特有 /

- 子宮筋腫や子宮内膜症などによる出血過多
- 月経による出血過多 (出血が多い・期間が長い・周期が短い)
- 子宮がんによる出血 など

男女共通 /

- 胃・十二指腸潰瘍、胃がん、大腸がんなど消化管疾患による出血
- 尿路結石
- 肝機能の異常
- 甲状腺機能の低下 など

原因にあわせて適切な治療を

貧血を治すには、原因になっている病気の治療が不可欠です。

例 子宮筋腫が原因の場合

子宮筋腫の治療
(服薬・手術など)

貧血の治療
(鉄剤の服用など)

+

必要に応じて食生活の改善
(鉄分を多く含む食品や良質のたんぱく質をとるなど)

原因となる病気がない鉄不足による貧血は、鉄分を多く含む食品をとることで改善します。栄養バランスがよい食事を意識し、特に朝食抜きやダイエットをしている人は食生活の改善が必要です。

急な貧血は要注意!

前年の検査結果が正常値や軽度の貧血だったにもかかわらず、重度の貧血の判定が出た場合は、血液の病気や消化管のがんによる出血が原因の場合があります。すぐに医療機関で精密検査を受けましょう。