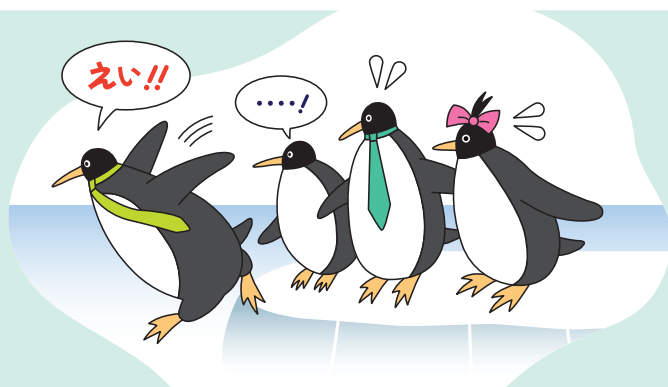


今年の 健診

一步前進!

年に1度の健康診断。『とりあえず受けるだけ』『結果を見るだけ』で終わらせてはいませんか?上手に活用して、将来を健康に過ごすために役立てましょう。



こんなとき
どうする?

健診で異常を指摘されたら

「要再検査」「要精密検査」は早めに受診

要再検査

問題があるか、もう一度確認するために、同じ検査を再度行います。

健診で異常値が出たものの、体調や食事などの影響による一時的な測定誤差の可能性があるため、改めて異常の有無を確認するものです。生活習慣に問題はないか見直すとともに、指示された期間までに医療機関を受診しましょう。

要精密検査 ・ 要治療

病気の可能性が高い、あるいはすでに治療が必要と考えられる状態です。

超音波検査やCT、MRI、内視鏡検査といった、より専門的な検査で正しい診断を行う必要があります。この判定が出た場合は決して放置せず、できるだけ早めに医療機関を受診しましょう。

再検査!?



「異常なし」「軽度異常」でも油断は禁物

異常なし

明らかな異常はなく、今回の健診では大きな問題はない状態です。

まずはひと安心ですが、今後も年1回、継続的に健診を受けるようにしましょう。基準値内でも年々数値が悪化している項目がある場合は、生活習慣を見直し、早めに改善できるようにしましょう。

軽度異常

軽い異常はあるものの、すぐに治療が必要なものではなく、まずは経過を見る場合が多い状態です。

ただし、「軽い異常だから放置して良い」という意味ではありません。これ以上悪化しないよう、改善する必要があります。生活習慣を見直し、翌年の健診で確認しましょう。



健診で異常が見つかり、誰でも不安になるものです。しかし、異常値が出たからといって、必ずしも深刻な病気があるとは限らず、生活習慣の改善で事足りるケースも少なくありません。まずは自分の現在の状態を正しく知るために、再検査や精密検査をすみやかに受診するようにしましょう。