

とんにちは保健師です。

今月の担当は、平野 悠です。

町民ニコニコ健診を受けていますか

新年を迎え、目標を立てている方も多いと思います。目標に向かうためには、健康な体が資本となります。この機会にご自身の健康のチェックをしてみませんか。

健診を受ける目的は、自覚症状がなく、気づかないうちに進行する生活習慣病の前兆を見つけて改善することや治療中の生活習慣病が悪化していないかを確認することです。健診では様々な検査の数値などから、病気やそのリスクを発見できます。この機会にご家族、ご友人と一緒に健診を受けて体の状態を確認しましょう。

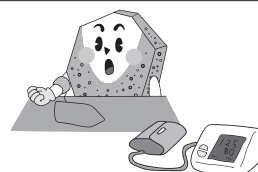
～町民ニコニコ健診の結果からわかること（抜粋）～

| 検査項目 | | わかること |
|-------|-------------------------|--|
| 肥満 | 腹囲・BMI | メタボ判定となる内臓脂肪の蓄積の度合いを調べます。 |
| 高血圧症 | 血圧 | 血管にかかる圧力の状態を調べます。高血圧は動脈硬化の原因になります。 |
| 糖尿病 | 空腹時血糖 | 血糖は血液中のブドウ糖の濃度です。数値が高いと糖尿病の疑いがあります。 |
| | HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) | 過去1～2か月の平均的な血糖値がわかります。 |
| | 尿糖 | 尿に糖が出ていないかがわかります。 |
| 脂質異常症 | 中性脂肪 | 数値が高くなると肥満や脂肪肝、動脈硬化の原因となります。 |
| | HDLコレステロール | 善玉のコレステロールで、数値が低いと動脈硬化のリスクが高まります。 |
| | LDLコレステロール | 数値が高くなると動脈硬化の原因となります。 |
| 肝機能 | AST (GOT) ALT (GPT) | 数値が高いと肝機能障害が疑われます。GOTとGPTの数値を比較し、病気の種類を推測しやすくなります。 |
| | γ-GTP | 数値が高いと飲酒や脂肪肝による肝機能障害が疑われます。 |
| 腎機能 | e-GFR | 数値が低いと腎機能障害が疑われます。 |
| | クレアチニン | 数値が高いと腎機能障害が疑われます。 |
| | 尿蛋白 | 陽性になると腎機能障害が疑われます。 |
| 尿酸 | 尿酸 | 数値が高いと高尿酸血症が疑われ、痛風、尿路結石を引き起こす可能性があります。 |
| 貧血 | 赤血球 | 数値が低いと貧血が疑われます。 |
| | 血色素 (ヘモグロビン) | |

<健診の申込みについて>

※今月号の広報に集団健診のチラシを折り込みますのでご確認ください

※個別健診は申込み受付中です



※お問い合わせ先 役場保健福祉課 保健推進係 (TEL: 7-5291)