

2013 Autumn

# しぶさわけんぽ

No. 191

特集

ストレスらくらくマネジメント

「問題を自分から切り離す」

p 2～ 3 平成25年度の定期健康診断が終わりました!

p14～15 平成24年度決算をお知らせします



# 平成25年度の定期健康診断 (巡回人間ドック健康診断)が終わりました!

健康診断の結果はお手元に届いていますか?

結果は届いているけど開けていない・・・という方はおられませんか?

「健康相談室から手紙が届いたので健診結果表を開いてみた」という声もたまに耳にします。

健康診断を受けたことだけで安心し、その結果を確認しなかったり、「精密検査といわれても自覚症状もないし・・・」と詳しい検査を受けない方もおられます。

自分が健康に働くための健康診断ですので、現在の自分自身の状態を確認するために必ず健康診断結果表をすみずみまでお読みいただき、精密検査を積極的に受けてください。

今回は健康診断結果表を開いた時に確認していただきたいポイントや、結果表の言葉の意味について少しご説明いたします。

澁澤グループの8割以上の方が健康診断をうけていただいている労働衛生協会の健康診断結果表を基に説明します

The image shows a comprehensive health checkup report. It includes sections for:
 

- 1. Personal Information:** Name, sex, age, date of birth, and checkup date.
- 2. Vital Signs:** Blood pressure, heart rate, and respiratory rate.
- 3. Physical Examination:** Results for various body parts like head, neck, chest, abdomen, and limbs.
- 4. Judgment and Instructions:** A summary of findings and specific advice for the patient.
- 5. Laboratory Tests:** Results for blood tests including cholesterol, liver enzymes, kidney function, and blood sugar.
- 6. Additional Information:** Notes on lifestyle, smoking status, and other relevant health factors.

## まず確認していただきたいポイント

### ①お名前はもちろんですが性別も要確認

性別が間違っていると項目によっては判定結果が変わることがあります。

### ②食後時間はありますか?

健診受診時の食後時間で結果の判定が異なる項目があります。

答えたとおりの時間になっているか確認してください。

### ③現病歴

ご自身が問診表に記入した内容になっているかどうかの確認をしてください。

ご記入された項目は自動的にFになります。

## 結果表の言葉の意味(実はこんな意味も含んでいます)

### ④判定・指示の説明

**A・B:** 数値や所見について異常はなく心配ありません。

### C・DI: 「要生活注意」「要観察」

何をどう観察すればよいのかわからないと思いますが、このランクの方は検査項目に何らかの軽い異常があり、生活上に気配りが必要です。生活上の注意ポイントは今回同封している「なりたい自分BOOK」で確認してください。

### D II: 「要観察」

D1とは違い1年間放置すると悪化する可能性があるランクです。「なりたい自分BOOK」をよく読んで生活に十分気を付けて半年後に再検査を受けてください。

### E: 「要受診」

異常があることはほぼ間違いありません。必ず医療機関を受診する必要があります。自覚症状はなくても早めに受診するようにしてください。

### F: 「要治療継続」

問診表に治療中と記入されると検査値や所見に異常がなくてもFになります。

(例)

- ①喘息治療中→胸部X線は異常なくてもF
- ②胆石治療中→肝機能が異常なくてもF
- ③前立腺治療中→腎機能が異常なくてもF

### G: 「要精検(要精密検査)」

一時的な異常かどうかを判断する為に精密検査が必要です。

精密検査を受けて異常がなければ「よかった」・異常があっても「早くわかってよかった」と安心できます。放置せずに必ず検査を受けてください。

### ⑤項目毎の検査結果の推移

3年間の自分自身のデータが記入してあります。経年で検査結果を比較してみましょう。

少しずつ上がってきているのか、逆に下がってきているのか、同じ判定結果でも数字は動いています。

### ⑥今年初めて実施した検査項目

#### 1.HbA1c

糖尿病の検査の1つで、血糖検査と違い1~2か月前の平均血糖がわかります。

今まで血糖値は異常がなかった方でも、この検査で糖尿病がわかったという方もいます。

#### 2.ピロリ菌検査・ペプシノゲン検査

今回、胃X線検査を実施しなかった方に対して血液で胃の検査を実施しました。

今年から胃X線検査受診対象を35歳以上に限定し(35歳以下でも希望あれば受診可能)、受診率アップを呼びかけました。その結果、胃X線検査の受診率は35歳以上で70.9%(全年齢61.3%)となり、昨年の52.6%を大きく上回りました。また、血液で胃検査を受けた方をあわせると、ほとんどの方が胃の検査を受けられたこととなります。ご協力ありがとうございました。

以上、何かご質問などがあればいつでも健康相談室にご連絡ください。

これからも皆様の健康度があがるよう、よりよい健診になるために努力していきたいと思っています。

まだ、こちらに精密検査の結果が戻ってきていない方に対しては、再度文書をお出ししますので早めに検査をお受けください。

