



『人間ドックについて』

外来 (東海健康管理センター) 主任看護師 藤本文子

人間ドックは、1954年に日本で初めて国立東京第一病院(現国立医療センター)と聖加国際病院で始まりました。人間ドックの基本的な考え方は、「長い航海をした船はドックに入れ、船底についた貝殻をとり、のぞき船体を塗りかえ、機関部などを細かくチェックし、具合の悪い個所を直して再び航海に出ます。これと同じように、人生の長い航海をしてきた人々も、たとえ自分ではわからなくてもドックに入り、具合の悪いところがないかどうかを調べ、もしあればその故障したところを早めに治し、故障がなければ健康に自身を得てまた人生の航路に出発する」(健康保険組合連合会作『短期人間ドック案内』より)と記されています。

人間ドック受診の目的の一つは、「近い将来病気を引き起こすと考えられる検査の異常や生活習慣の問題点を明らかにし、これを改めて病気の予防をする」、つまり、病気になる前にその芽を摘んでしまおうということです。病気の発症には“**遺伝**”“**外部環境**”“**生活習慣**”の三つの要因が関係します。このうちの“**生活習慣**”は病気の発症に影響が大きくこれを改めることで病気の予防を期待することができます。(これを一次予防といいます)

人間ドックのもう一つの目的は、「自分が健康であると感じている人が、病気を持っていないことを確かめる」ことです。逆にいうと、健康だろうと思っている人が自分で気付かないうちに大きな病気を持っているとしたら、それを早く見つけて大事にならないうちに治療してしまおうということです。(これを二次予防といいます)

人間ドックでは職場の定期健診、地域のがん健診や基本健康審査などよりも充実した検査項目や診察が行われます。そして医師による検査結果の説明と判定及び二次検査の指示、さらに生活指導まで行います。(現在医師による説明は、希望者にのみ行っています)

ただし人間ドックを過信せず、上手に利用することです。すでに治療中の病気についての相談や、あるいは自覚症状があって具合が悪くて困っている人の病気の診断や治療については、人間ドックは適していません。明らかに自覚症状のある人は適切な診療科の外来患者として受診し、その症状を医師に訴えて診てもらおうほうが効率的で間違いありません。

まずは健康な体を維持するために、人間ドックでチェックを受けてみませんか。

どうぞお気軽に東海健康管理センターまでお問い合わせください。