

10月ほけんだより

製紙工業健康保険組合

健康管理課

健診結果の要受診・要精密検査は見逃さない・放置しないでください。

「特に体調は悪くないから大丈夫」「忙しいから、病院はまた今度にしよう」
そんな理由で、受診を後回しにしていますか？

●高血圧・糖尿病・脂質異常症など、生活習慣病は自覚症状がほとんどないまま進行することがあります。

●健康診断は、病気を早期に発見し、重症化を防ぐための大切な機会です。結果を確認したらその先の行動に繋げていきましょう。

①健診結果の判定について

健診結果には様々な判定が記載されています。

【要経過観察】

生活習慣を見直し、必要に応じて医師の指示に従いながら経過を確認しましょう。

【再検査・要精密検査】

異常が一時的なものか、詳しい検査が必要な状態かを確認するため、指示された時期に医療機関を受診しましょう。

【要治療・要医療】

治療が必要と考えられる状態です。放置せず、早めに医療機関を受診しましょう。

※判定区分や受診時期は健診機関によって異なります。健診結果に記載された指示を確認してください。

②放置するとどうなるの？ 代表的な異常について

●血圧が高い

基準値：収縮期 130 mmHg未満 / 拡張期 85 mmHg未満

高血圧が続くと血管に負担がかかり、心筋梗塞や脳卒中、腎臓病などのリスクが高まります。

●血糖値・HbA1cが高い

基準値：空腹時血糖値 100 mg/dl未満 HbA1c 5.6 %未満

高血糖が続くと、糖尿病の発症や進行につながります。進行すると、神経障害・網膜症・腎症などの合併症を引き起こすことがあります。

●LDLコレステロールが高い

基準値：120 mg/dl未満

LDLコレステロールはいわゆる「悪玉コレステロール」です。高い状態が続くと動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳梗塞のリスクが高まります。

●中性脂肪が高い

基準値：150 mg/dl未満

中性脂肪は、体を動かすためのエネルギー源となる脂質です。しかし、増えすぎると脂質異常症につながり、動脈硬化のリスクを高めます。特に数値が著しく高い場合、急性膵炎発症のリスクにも注意が必要です。

これらの共通点は、自覚症状がないまま進行することがあるという点です。

①ぜひ、手元にある健康診断の結果をみて、要再検査・要精密検査・要治療などの判定がないか確認してみてください。

②受診が必要な場合は、忙しくても先延ばしにせず医療機関に相談しましょう。受診時には、健診結果を持参すると役立ちます。