

2018.5月号
医療相談室

健康診断を 受けましょう

人間ドックや健康診断を受ける最大の目的は何でしょうか。早期発見・早期治療と言われますが、最も大きな受診理由は、安心を得ることではないでしょうか。「去年より良くなった」とホッとさせる方がたくさんいらっしゃいます。

特定健診で生活習慣病を予防

利根中央病院では、人間ドックを始めとした各種健康診断を実施しています。健康診断を受けることは、自分の健康状態を知り、生活習慣の見直しや病気の早期発見・早期治療、そして健康づくりにつながります。健康はいつまでも元気でいるための足がかりと考えて下さい。

特定健診は、死亡原因の約6割を占める生活習慣病の予防のために、40歳から74歳までの被保険者と被扶養者の方を対象に行われる健診です。健康への意識は受診率に表れますが、ここに沼田市と全国の特定健診受診率の推移があります(図1)。

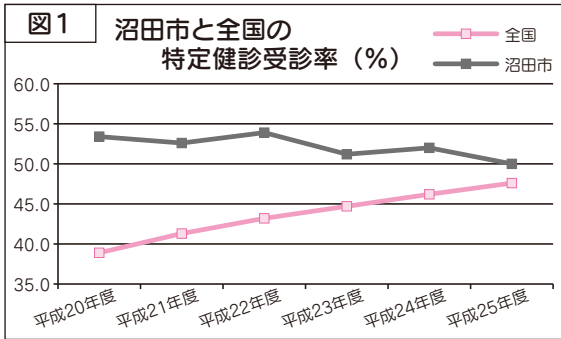


図1 沼田市と全国の特定健診受診率 (%)

沼田市は低下傾向にあり、残念ながら平成25年度は50%と低値でした。一方、全国では着実に上昇し、(図には出ていませんが)全国の平成27年度の実施率は前年より1.5%高い50.1%となっています。特定健診のほかにも、75歳以上の方を対象とした後期高齢者健診、勤めている方は労働安全衛生法による勤め先の健康診断があり、人間ドックを受けている方も多いと思います。

利根中央病院では組合員の皆さんにも健診を受けて頂きました。がんは無症状のうち

利根中央病院 健診センター 職場紹介



～ありがたい言葉にかえて～

健診センターでは、新たに常勤医師を加え、総勢15人丸となって皆様の病気の早期発見、健康促進に努めているところです。肺がん検査、子宮がん検査、乳がん検査など様々な検査を行っており、私達は、皆様の健診が安心してスムーズに行えるようサポートさせて頂いております。2016年度は『日本人間ドック健診施設機能評価』の認定更新もでき、2017年度には人間ドックを2300人以上受け入れることができました。皆様が利用しやすいようにこれからも改善をすすめていきます。

数ある医療施設の中から利根中央病院の健診センターを選んで下さることへの感謝の気持ち。そして何より、受診者お一人お一人の末永い健康を願い、その瞬間に携わっていることへの喜び。全ての想いを「ありがとう」の言葉にかえて、これからも職員一同、皆様の受診を心よりお待ちしております。

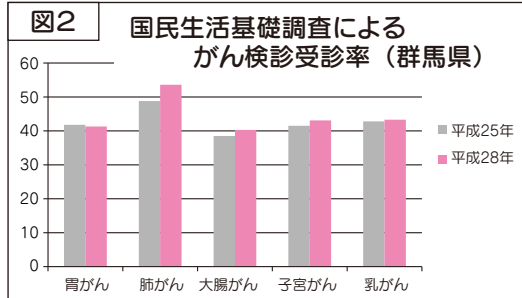


図2 国民生活基礎調査によるがん検診受診率(群馬県)

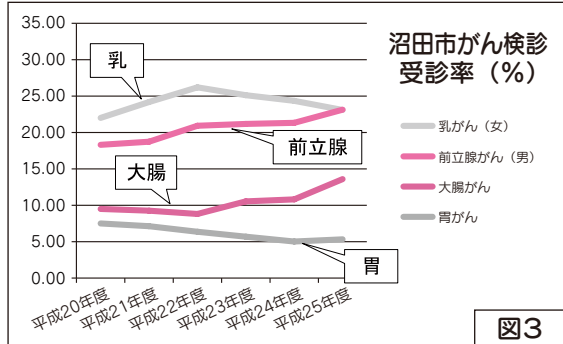


図3 沼田市がん検診受診率 (%)

「受ける時間がないから」「費用がかかり経済的にも負担」「悪い結果が出るのを見たくない」と健診をためらっている方。健診を受けて、安心を毎年手にすることを勧めます。そして健診センターとしては、その結果を相談できる「かかりつけ医」を作ることをご案内させていただきます。



利根中央病院
副院長・健診センター長
安藤 哲

がん検診受診率と罹患率

「国民生活基礎調査」から推計された国および都道府県別がん検診受診率のデータにより、群馬県のがん検診受診率は35.55%と云ったところで(図2)。

がんの早期発見に人間ドック

人間ドックはがん検診等に加えた総合的な健康診断です。わが国のがんによる年間死亡者数は30万人を超え、死亡原因の第1位を続けています。2013年に新たに診断されたがん(罹患全国推計値)は86万人強、2016年には37万人を超える方ががんで亡くなりました。2人に1人が一生のうち

に早期に発見し治療することが大切です。そのため、がん検診は症状の無い方を対象にした検査とお考え下さい。

「群馬医学」という雑誌に発表されました。人間ドック・健康診断での検査結果に注意して下さい。

検査結果を受け取ったら

①要再検査、要精密検査、要治療の方はきちんと検査を受け、治療を受けましょう。

②前回の比較が大切！物理学、数理学に「スカラ」と「ベクトル」という言葉があります。簡単に言うと、あなたの検査値がいくつかというところがスカラで、昨年と比べて悪化したのか改善したのかがベクトルです。前回の比較は大切で、悪化していくようなら何か手を打たねばなりません。肝機能が上がっていくので休肝日を設けましょうとか、BMIが上昇していくので体重コントロール(減量)しましょうとかです。受診日の血圧が高い方も家庭血圧が安定していれば安心です。毎年の変化に気をつけましょう。「ベクトル」で考えるクセを付けましょう。

最近出された地域がん登録を基にする「群馬県内市町村のがん罹患率の格差」によると、胃がん罹患率は男女とも利根沼田地区が高く、大腸がんも利根北部の市町村(みなかみ町、昭和村、片品村、沼田市)が著しく高い。前立腺がんも片品村、沼田市で高いというデータが「群馬医学」という雑誌に発表されました。

健診を受けよう!

人間ドック・健診はあなたの身体にちよつとした注意と安心を与えてくれます。浅く・広くチェックし、あなたに健康づくりの方向性を示してくれます。「受ける時間がないから」「費用がかかり経済的にも負担」「悪い結果が出るのを見たくない」と健診をためらっている方。健診を受けて、安心を毎年手にすることを勧めます。そして健診センターとしては、その結果を相談できる「かかりつけ医」を作ることをご案内させていただきます。

なかまの作品

俳句

春の句や駄作ばかりの胸のうち
沼市坊新町 あべけいいち
初蝶の思ひきりつつ風になる
沼市高橋町 生方 辺秋
屋根にるる春の小鳥の音符聴く
沼市高橋町 白井孝四郎
若草やグリーンツ揺らし妊婦服
沼市横塚町 星野 順子
アマリス眠りから覚め赤冨える
沼市久原町 狩野 章子
木々芽吹き往きつ戻りつ蟻の道
沼市久原町 阿部 邦亮
城堀のすこし艶めく夕桜
沼市久原町 氏家 孝
ふいに飛ぶ羽音激しき残り鴨
沼市観音町 平井登志絵
初つばめ独りの庇に来て遊ぶ
沼市観音町 阿部 まつ
春雨や傘を指す児と指さぬ児と
沼市沼田町 丸岡 勇吉
雲雀鳴く野良にひねもす我一人
川場村生品 乘原あや子
この地にもおちこちわたる春告げどり
みなかみ高橋町 石田みよ子

短歌

春の日に心うきたつ花の寺しだれ桜のしなやかに
沼市高橋町 白井 恵美子
電線に二羽の雀がよりそいて愛を語るか青空に
沼市高橋町 森田 妙子
パシユートで金を取りたる選手等はテレビの中より
沼市堀廻町 今井 栄一
飛び出すごとし
沼市堀廻町 今井 栄一
残雪の武尊の風は頬を刺し黒土越す春の始まる
片品村幡谷 千明 洋子
大祭に入学児童招かれて所作に戸惑い親の顔見る
みなかみ町後園 番場 正夫
雑草といふ名で呼ばれる畑の草小さき花に抜く手
みなかみ町相模 野 島 幸恵
作り手に想ひ馳せつつ花柄の座布団に座り参事待
みなかみ町須川 細川 のぶ子
ちをり
みなかみ町須川 細川 のぶ子
笑ふ声きこえ来るがのうつつしの祭壇の友に見送
昭和村入原 板橋 きみ江
られたり

川柳

幡りさつと流した褒め言葉
沼市薄壽 加瀬田フサエ
政治家に危機を微塵も感じない
みなかみ町石巻 藤田 俊彦
今月は34件のご応募ありがとうございました。
紙面スペースと当季雑誌に沿って掲載させていただきます。
だいております。ご了承ください。

