



## 元の生活に戻るお手伝いをします

### ぴんぴん元気で健康長寿

消化器内科部長  
蜂巣 陽子

人生80年といわれる長寿の時代、健康で元気に過ごしたいと誰でも願うでしょう。大切な自分の健康をチェックしていますか？慌ただしい毎日のなかで、生活習慣の乱れや心身にかかるいろいろな負担は、気がつかないうちに身体に影響を及ぼしていることがあります。健康診断は、自分の健康状態を知って生活習慣病を予防したり、隠れた病気を早期に発見するために役立ちます。何よりも健康であることが確認できれば、安心して生活していく自信にもつながります。「症状が無いから大丈夫」とか「まだ若いから関係無いし〜」などと後送りにしないで、1年に1回は健康診断を受けて、自分の健康と向き合ってみてください。

当院の検診センターは昭和53年に業務を開始し、経験と実績に基づく精度の高い健康診断を提供してきました。特定健診を基本にした事業所健診と生活習慣病健診（協会けんぽ）、バージョンアップした人間ドックにより、時代のニーズに応えた健康管理と予防医療を目指しています。

人間ドックには、スピーディーな日帰りコースとゆとりの1泊コースがあります。一般健診より検査項目が充実し、がん検診で行う項目も含まれています。各種オプション検査も選択でき、胃がんに関係するといわれるピロリ菌抗体やペプシノゲン検査、身内にがんの例があり心配な人は各臓器ごとの腫瘍マーカー測定など、個人の希望で追加できます。増えてきている肺がんや甲状腺疾患の早期発見を目指し、胸部CT検査や甲状腺エコーを導入しました。さらに、最新の機器を導入した頭部MRI検査、ホルター心電図、ABI（血圧脈波）検査も可能で、脳血管疾患や心疾患、その原因となる動脈硬化の可能性が判ります。

検査は各科の専門医やベテラン検査技師と看護師が担当し、正確な診断と結果説明を行っています。受診後の再検査や治療が必要になったときには、外来の専門科で対応します。

数年前から、生活習慣病の予防を目的として特定保健指導が施行されました。当センターでは頼れる優しい保健師と管理栄養士が、院内外の対

象者に生活環境や年齢に合った指導を行っています。

時代とともに寿命にかかわる疾患は大きく変わってきました。かつて死亡原因のトップだった感染症は生活水準の向上や治療の進歩により激減しましたが、がん、心疾患、脳血管疾患を含む生活習慣病は増え続けています。病気にならないように予防することは、健康長寿で過ごすために欠かせなくなってきました。「人生五十年」だった時代に、『良いうちから養生』をモットーにしていた著述家は80歳を過ぎてもなお元気で、当時の健康how to本『養生訓』を書き残したそうです。平和で豊かになり世界一といわれる長寿の時代、ぴんぴん元気で生き生きとした日々を過ごしていきたいでしょう。



検診センターロビー

