

健康診断結果 見方のポイント!



せっかく受けた健康診断。どの様に活用していますか？
健康診断は、自分の健康状態をしっかり把握して、次につなげることが大切です。
次につなげるためには、結果報告書を見ることから始まります。
さて結果報告書の見るべきポイントは？!

事業管理部 保健看護管理室 統計情報課 松浦 由貴

必要な精密・再検査を確認する

ポイント
精密・再検査指示を確認する
健康診断から病気の早期発見・早期治療をするためには、精密・再検査を受けなければ確定診断とはなりません。体の状態は1年で大きく変化します。「毎年同じ項目で引っかかっているから…」と必要な検査を受けないでいると、重篤な病気を見落としてしまいますよ!

生活習慣へのアドバイスをみる

ポイント
生活習慣を見直してみる
いくつも書かれていて何から始めればいいのか分からない!
そんな時は☆印に注目!あなたの関心がある項目です。ぜひ関心があることから、少しずつコツコツと始めてみてください。大事なのは、一歩踏み出してみることで!

変化を目で確かめる

ポイント
出来事を振り返ってみる
グラフのピンク色が、基準値外を意味します。グラフはどの様な変化を示していますか?日常生活の変化が、グラフに影響を及ぼしてはいませんか?

個人結果報告書

430-0906 静岡県浜松市中区住吉 2-35-8 聖隷ハイツ 101
氏名 サンプル M 様
聖隷 サンプル 1 様
〒430-0906 静岡県浜松市中区住吉 2-35-8
聖隷健康診断センター TEL: 053-473-5506
医師: 健診 太郎

受診者ID: 99999901
生年月日: 昭和 45年01月01日 年齢: 44 歳 性別: 女性
会員No.: 999999 個人コード: 99999
保険番号: 99999 家族区分: 本人
コード1: 9999999999 コード2: 9999999999
受診日: 2014年01月01日 コース、受診No: 1008-9999
計画: (9999930) 聖隷サンプル計画特定健康診査
事業所: (99999) 聖隷サンプル事業所
所属: (99999) 聖隷サンプル課

検査項目	基準値	今回	前回	前々回	
身長	cm	160.0	160.3	160.4	
体重	Kg	79.2	73.1	65.5	
標準体重	Kg	56.3	56.6	56.3	
肥満度	%	40.7	29.1	15.9	
BMI指数	18.5-24.9	30.9	29.1	25.5	
腹囲	≦89.9cm	100.0	103.3	102.0	
B1体脂肪	17.0-27.0%	****	****	****	
血圧		異常なし	経過観察	異常なし	
血圧	≦120mmHg/≦80mmHg	120/80	136/76	126/66	
視力		---	(1.0)	0.2 (---)	0.4 (---)
右(矯正)		---	(1.2)	0.3 (---)	0.6 (---)
左(矯正)		---	(1.2)	0.3 (---)	0.6 (---)
眼底		異常なし	異常なし	異常なし	
(右)KW.SH.SS	0.0-0.0	0.0-0.0	0.0-0.0	0.0-0.0	
(左)KW.SH.SS	0.0-0.0	0.0-0.0	0.0-0.0	0.0-0.0	
眼底所見(右)	正常範囲				
眼底所見(左)	正常範囲				
聴力		異常なし	異常なし	異常なし	
右1000Hz	≦30dB	聴力正常	聴力正常	聴力正常	
右4000Hz	≦40dB	聴力正常	聴力正常	聴力正常	
左1000Hz	≦30dB	聴力正常	聴力正常	聴力正常	
左4000Hz	≦40dB	聴力異常	聴力異常	聴力異常	
会話聴力		****	****	****	
尿検査					
糖	(-) 異常なし	(-) 異常なし	(-) 異常なし	(-) 異常なし	
蛋白	≦0.03g/dl	****	****	****	
潜血	(-) 異常なし	(-) 異常なし	(-) 異常なし	(-) 異常なし	
カドミウム	(+/-) 異常なし	(+/-) 異常なし	(+/-) 異常なし	(+/-) 異常なし	
検査項目	今回	前回			
甲状腺検査	要精密	異常なし			
所見	甲状腺腫大	所見なし			
診察	異常なし	異常なし			
所見	所見なし	所見なし			
心電図	異常なし	異常なし			
安静時心電図	異常なし	異常なし			
所見	正常範囲	正常範囲			
下部消化管	異常なし	異常なし			
便潜血	異常なし	異常なし			
1日法・2日法	(-) (-)	(-) (-)			

健康診断のデータを確認する

ポイント
今回の健診結果のデータをみる
今回・前回・前々回と計3回分の健診結果が載っています。基準値から外れた数値や精密・再検査判定は赤字で表示されます。赤字で表示されているものはありませんか?要精密・要受診と記載されていたら、病気を早期発見できるチャンスです!すみやかに受診しましょう!

経年でチェックしてみる

ポイント
健康診断の結果は、変化を見ることも大切です。たとえ検査値が基準値を外れていたとしても、良くなっていけば、健康状態は改善していると考えられます。逆に検査値が基準値内でも、徐々に悪くなっていけば、健康状態が悪化していると考えられ、生活習慣の見直しが必要です。健康状態の変化に注目してみましょう。

*** ちょっとしたお知らせ ***
検査項目の説明は結果報告書の裏面に記載されています。ぜひ、裏面も見てくださいね。

判定についての解説

- **異常なし** 今回の検査範囲では、異常ありません。
- **心配なし** 今回の検査範囲で、ごくわずかな異常を認めますが、日常生活には支障ありません。
- **経過観察** 今のところ検査結果に大きな心配はありませんが、来年も健診を受けて、変化をみる必要があります。
- **要精密** 詳しい検査が必要です。尚、他院に受診される方は、診療情報提供書(紹介状)と個人結果報告書を持参の上、受診してください。

検査項目ごとの判定には以下のような意味があります。今回の健康診断結果の理解に役立ててください。

- **()ヶ月後再検** ()ヶ月後に再検査が必要です。尚、他院に受診される方は、診療情報提供書(紹介状)と個人結果報告書を持参の上、受診してください。
- **要受診** 精密検査・治療が必要です。診療情報提供書(紹介状)と個人結果報告書を持参の上、専門医療機関を受診してください。
- **通院継続** 今まで受けている病気の治療または、定期検査を継続してください。今回の結果報告書を主治医にお見せください。

※日頃の生活習慣を振り返り、良い生活習慣を続けて健康を維持しましょう。気になる症状があるようでしたら、最寄りの医療機関を受診してください。

04 | すこやか & オアシス vol.60 2017.新春号

すこやか & オアシス vol.60 2017.新春号 | 05