

人間ドックオプション検査 体験記特集 [Kenkou Journal]

「検査内容が想像しにくい」との意見が多い人間ドックのオプション検査TOP3を、職員が実際に受診しその様子をレポートしました!

睡眠時無呼吸症候群 (Sleep Apnea Syndrome:SAS) 検査

睡眠時無呼吸症候群 (SAS)とは

睡眠中に上気道が閉塞することにより引き起こされるいびきや無呼吸、それに伴う日中の眠気などで特徴づけられる症候群です。

※詳しくは2018年新春号けんこうジャーナルをご覧ください。

わたしが体験しました!

保健事業部 事業管理部長 **栗原 尚人**

検査料金 **5,000円(税抜)**

実施施設

- 健康診断センター 1日
- 予防検診センター 1日・宿泊
- 健康サポートセンター Shizuoka 1日・宿泊

START 人間ドック受診 2週間前 問診票到着

人間ドック受診当日

人間ドックは、聖隷健康サポートセンター Shizuoka で受診しました。地産地消にこだわったランチをおいしくいただき、人間ドックの結果説明を聞いて帰宅。SASの検査キットは、後日自宅に郵送されます。



人間ドック受診 1週間後 SAS検査キット到着

検査キットが自宅に届きました。予想以上にコンパクトで驚きました!



検査キットの中身

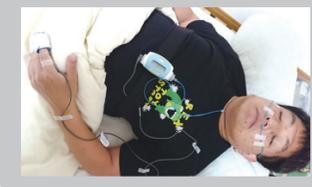
- 鼻の呼吸用カニューレ
鼻の穴に挿入し、呼吸の状態を測定します。
- 指先のSpO₂センサー
指先にセンサーを装着し、血液中の酸素を測定します。
- 電源
スタート/ストップボタンを長押しして測定を開始します。

睡眠時の、10秒以上の無呼吸及び低呼吸回数/時間(AHI)と血液中の酸素濃度の状態が確認されます。

検査終了後、検査キットは郵送で返却します。SASの検査結果は、3週間程で自宅に郵送されます。

実際に検査をしてみました!

SAS検査キットの装着に少し手間取りましたが、同封の説明書を見ながらセットが完了! 装着した感じが少し気になって、夜中に何度か目が覚めました。



結果到着

寝ている間、自分がどのような状態なのか今回検査を受けて初めて知ることができました。質の高い睡眠を確保するために、食生活を改善し、運動量を増やすよう努力しようと思います。



聖隷健康サポートセンター Shizuoka 副所長 **影山善彦 医師**よりコメント

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は、突然死や重大な事故に繋がることもある病気です。「大きないびきをかいて、睡眠中に呼吸が止まることもある」などと言われたり、朝起きた時に熟睡感がなく頭重感があったり、日中よく眠気を感じる方にはSAS検査をお勧めします。検査の結果、無呼吸低呼吸指数(AHI)が高い方は、専門医受診が必要です。



胸部CT検査 (低線量肺がんCT検診)

胸部CT検査とは……胸部エックス線には写らない小さながんや、心臓・血管・骨に隠れた肺がんの発見に有用です。

わたしが体験しました!

保健事業部 経営管理室 **たかつか やすひろ 高塚 康弘**

検査料金 **10,000円(税抜)**

実施施設

- 健康診断センター 1日
- 予防検診センター 1日・宿泊
- 健康サポートセンター Shizuoka 1日・宿泊

START

人間ドック受診当日

人間ドック受診当日に問診ですすめられ、追加しました。検査は、あお向けに寝て10秒程息を止めている間に終了。思ったよりも閉所感や騒音がなく、スムーズに終わりました。検査結果は、3週間程で自宅に郵送されます。



結果到着

結果は「異常なし」。50歳を過ぎたら、胸部CT検査を1度は受診してみようと思っていたので、異常がないことが確認できて良かったです。



アルコール分解酵素遺伝子検査

アルコール分解酵素遺伝子検査とは……アルコールの体質を調べることで、飲酒による病気のリスクが分かります。

わたしが体験しました!

聖隷健康診断センター 医務課 **とよだ ふとる 豊田 太**

検査料金 **3,000円(税抜)**

実施施設

- 健康診断センター 1日
- 健康サポートセンター Shizuoka 1日・宿泊

START

人間ドック受診 2週間前

検査キットは、問診票と一緒に送付されてきました。18cmほどのスワブ(綿棒)をチューブから抜き、口腔内の頬の内側に左右10回ずつこすりまわす。これで採取完了!



人間ドック受診当日

検査キットを受付に提出します。検査結果は、2週間程で自宅に郵送されます。

結果到着

予想は「Cタイプ」でしたが、予想に反し「Bタイプ」という結果が出ました。今後もこの結果を過信せず、身体を労わりながら上手にお酒と付き合いたいと思います。



検査結果分類表			説明
タイプ	アルコール分解酵素 ADH1B	アルデヒド分解酵素 ALDH2	
A	弱い	強い	飲酒で赤くなる不快な反応がなく、たくさん飲むと酒が抜けずに翌朝も酒臭い。アルコール依存症に非常になりやすい体質。
B	強い	強い	飲酒で赤くなる不快な反応が弱く、アルコールを速く分解するので、飲めるタイプ。たくさん飲むと肝臓の負担が大きく、肝臓を壊したりやせ型になりやすい。
C	弱い	弱い	飲酒で赤くなる不快な反応がやや弱く、飲めるタイプと勘違いして飲んでいる人が多い。たくさん飲むとアセトアルデヒドの毒性で、大球性貧血が起こりやすく、食道がんの危険が非常に高いので飲みすぎに注意。
D	強い	強い	飲酒で赤くなりももとは酒に弱い。鍛えて酒飲みになる人もいるが、たくさん飲むとアセトアルデヒドの毒性で、大球性貧血が特におこりやすく、食道がんの危険が高いので飲みすぎに注意。
E	強い弱い いずれでもない	きわめて弱い	ごく少量の飲酒ですぐに赤面し気持ち悪くなる。全くお酒が飲めない。

引用: 横山 顕 (2013) 「多量飲酒と消化器のがん」『NEWS & REPORTS』Vol19-No2 2-7. (平成 25 年 11 月号) アルコール健康医学協会

オプション検査に関するお問合せ (受付時間:平日9:00~16:30/土曜日9:00~12:00 ※祝日除く)
 ▶ 聖隷健康診断センター / 聖隷予防検診センター ☎ 0120-938-375 ▶ 聖隷健康サポートセンター Shizuoka ☎ 0120-283-170