



MEDICAL OFFICE

医療の最前線からのワンポイントアドバイス

看護医療学部 教授

すぎやま だいすけ
杉山 大典

健診・検診のすすめ

予防医学は超高齢社会下にある日本においてはますます重要になってきています。

一般的に病気は「病気にかかる前」病気になるたての頃「病気が（ある程度）進んだ頃」の3段階に分けることができ、予防医学もそれぞれの段階に応じた対策を取る必要があります。すなわち、病気にかからないようにするための一次予防、病気を早期発見・早期治療するための二次予防、病気の後遺症や再発を防いで可能な限り生活の質を保つための三次予防に大きく分かれます。

皆さまにとって最も身近な予防医学は健診・検診と思います。共に読み方は「けんしん」ですが、目的は大きく異なります。健診は「定期健康診断」「学校健診」「乳幼児健診」などに代表されるように、現在の健康状態を総合的に評価し、将来大きな病気につながるリスクがあるかどうか

かを調べるものです。病気の早期発見を目指した二次予防の側面だけでなく、「高血圧とまではいえないけれど、今年はず年より少し血圧が高めだったので、日頃の食塩の摂取量を見直してみよう」といった形で、受診結果を通じて病気になるないように生活習慣を見直すきっかけを与えてくれる一次予防の側面も持っています。

一方、検診は「がん検診」に代表されるように特定の病気があるかどうかを調べるためのもので、こちらは早期発見・早期治療のための二次予防を目的としています。

新型コロナウイルス問題下にあった2020年は5つのがん検診（胃、肺、大腸、乳、子宮頸）の受診率が2019年に比べて30%減少したという報告もあり、本来であれば早期発見・早期治療できたがんが進行がんとなってしまう危険

性も懸念されています (<https://www.jcancer.jp/news/11952>)。

2021年夏号にて医学部の福永教授も書いていますが、慶應義塾大学病院をはじめ多くの医療機関では新型コロナウイルスへの対策が進み、安心して健診・検診を受けられる体制が整っています。お住まいの地域やお勤め先などの制度を利用して、健診・検診を受けてみてください。

最後に、春・秋は定期健康診断を行う企業が多く、この記事を皆さまが目にする頃には、お手元に健診結果が返ってきている方もいらっしゃるかと思います。

ぜひ一度健診結果をじっくりご覧いただき、生活習慣の見直しや今後の健康維持に役立てていただければと思います。また、医療機関への受診を勧められている場合は、お早めに受診されることをお勧めいたします。