

健診結果から分かる 未来のあなた



★ 健診って何を調べているの？

愛西市国民健康保険加入の40～74歳の方を対象に行っている『特定健康診査』は、メタボリックシンドローム(メタボ)の発見と予防・改善を目的としています。メタボとは、肥満に加えて高血糖・高血圧・脂質異常に該当し、生活習慣病にかかりやすくなっている状態のこと。放置すれば深刻な病気に進行してしまいます。

生活習慣病は自覚症状がないまま進行していくので、発症予防・早期治療のためにはまず健診を受ける必要があります。



★ 結果からわかるあなたの未来

健診結果は普段の生活のあらわれです。体重が増えると、血圧が高くなったり、中性脂肪も上がります。ウォーキングを始めた人は、HDL(善玉)コレステロールが上がったりします。

健診結果から、自分のカラダに起きている変化を読み取ることができ、健康づくりに役立てるか、見て見ぬふりするか、その後の行動であなたの未来が変わってきます。

健診結果は、今のあなたから未来を予測することができます。



★ 健診は毎年受けることが大切

健診結果は、その年だけの健康状態を見るものではありません。だんだん高くなってきている項目はないか、正常値内でも数値がどのように変化しているか、経年で見えていくことで、より具体的に今後の健康状態を予測することができます。そのため、健診は毎年受けることが大切です。

また、すでに定期的に治療を受けている方も、別の病気の発見につながるので、ぜひ健診は受診してください。



ご自身の未来の健康のためにも、特定健診を受診しましょう。