

健康診断の検査項目について

Vol.12

健康診断でよく行われる検査項目について、その働き・基準範囲・疑われる疾患などを解説していきます。

〔電解質を調べる検査〕

体内の水分量やpHを一定に保ったり、神経の伝達や心臓・筋肉を動かすことに深く関わる電解質のバランスを調べる検査です。

ナトリウム (Na)

基準範囲：135~147mEq/l

体の水分を調節する働きをする。ナトリウムが多すぎるとこれを薄めるため体内に水が溜まりむくみや高血圧の原因になる。

高値・・・脱水症状・尿崩症・糖尿病など

低値・・・腎不全・ネフローゼ症候群・甲状腺機能低下症など

クロール (Cl)

基準範囲：98~108 mEq/l

体内の水分量の調節やpHの調整をする。大部分はNaと共に存在する。

高値・・・脱水症・過喚起症候群など

低値・・・嘔吐下痢症・肺気腫など

カリウム (K)

基準範囲：3.5~5.1 mEq/l

神経や筋肉の働きを調整する。カリウムが低いと神経が麻痺し、高すぎると不整脈など心臓に影響する。

高値・・・腎不全・糖尿病・アジソン病など

低値・・・嘔吐下痢症・摂食障害・呼吸不全症候群など

カルシウム (Ca)

基準範囲：8.5から10.2 mEq/l

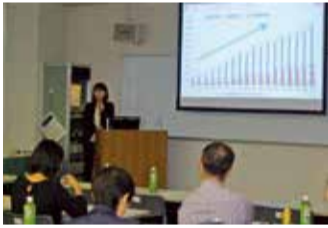
骨や歯の形成・神経刺激の伝達・血液凝固などの働きをする。99%は歯や骨に蓄えられていて血中カルシウムが不足すると溶け出し濃度を調整する。

高値・・・骨代謝異常・副甲状腺機能亢進症など

低値・・・甲状腺機能亢進症・悪性腫瘍・内分泌異常など

藤枝健診センター健診検査課主任 高田 雅紀

第22回産業保健セミナーを開催（報告）



当協会では、「第22回産業保健セミナー」を昨年11月14日に静岡県男女参画センターで開催しました。ストレスチェック制度が平成27年12月に施行され、3年になろうとしています。まだまだ課題もある中で、講師には、アールエイチ産業医事務所代表の足留美子氏をお招きし、「ストレスチェックを職場環境改善につなげよう」をテーマに講演いただき、62名の方々が大変熱心に受講されました。

講演は、15年以上集団分析結果を用いて職場環境改善に取り組んできた講師の経験を中心に、前半では、ストレスチェック制度の実施状況と課題、最近の動向等を解説いただき、後半では、「仕事のストレス判定図」等による集団分析結果を、どのように読み解きいかに効果的に職場環境改善につなげるか、集団の選定方法や経年変化も踏まえながら、事業場に合った取り組み方法について大変わかりやすく説明していただきました。

受講者の方々にとっては、数々のサジェッションが得られて、大変好評でした。

「スポーツ&健康フェスタinふじえだ2018」に出展



昨年12月8日（土）静岡県武道館（藤枝市）で開催された「スポーツ&健康フェスタinふじえだ2018」（主催：スポーツ&健康フェスタ実行委員会）に、当協会として今回初めて出展させていただきました。

出展内容は、正面入口前にマンモグラフィーのレントゲン車を展示して乳がん検診のPRを図るとともに、「健康コーナー」に貧血検査（採血しないでヘモグロビン推定値を測定）と肌年齢測定ブースを設けて、来場者の皆様に体験していただきました。両ブースには約300人の方々がご越しいただき、大変盛況でした。



（公財）静岡県予防医学協会創立記念日式典を開催

当協会は、昭和34年に「静岡県寄生虫予防協会」（任意団体）として設立、その後の変遷を得て、昭和58年に「財団法人 静岡県予防医学協会」と改称し、平成24年には公益財団法人に移行し、現在に至っている。

当協会では、毎年3月に創立記念式典を催しており、本年も3月8日に静岡市内で開催し、多くの職員が参加した。横田理事長、石黒顧問の挨拶に始まり、平成30年度事業総括及び今後の展望の説明、職員7名の永年勤続表彰、新規採用職員12名の紹介等を行った。併せて、職員セミナーを行い、講師には(株)エム・ピー・オー代表取締役 森口修逸氏をお招きし、「個人情報保護法改正に伴う産業保健活動の留意点」と題してご講演いただいた。



静岡県予防医学協会 総合健診センター ヘルスポートだより

新規オプション検査のご案内

本年4月から新しいオプション検査を導入しています。少量の便を自宅で採取し、郵便ポストに投函するだけで腸内の状態が分かる簡単な検査です。ご予約の際にぜひご検討ください。

【腸内フローラ検査について】

人間の身体には、600兆~1000兆個以上（重さにすると1~1.5kg）の細菌がいます。

そのうち、腸に存在している9割の細菌バランスが、私たちの健康と深く関わっていることがわかってきました。最新の遺伝子解析により、腸内にいる最近の種類を分析して、腸内細菌フローラカルテを結果としてお届けします。

この検査は、病気の診断を目的としたものではなく、腸内細菌の現在の状況について知っていただくための検査です。

検査の流れ



「オプション検査」総合案内パンフレットを作成

当協会ですることでできる「脳」「がん」「婦人科」「生活習慣病」などに関する各種オプション検査を掲載した総合案内パンフレットを作成いたしました。

パンフレットの内容は、当協会ホームページ「新着情報」にも掲載しましたので、ご覧いただけます。



＜パンフレット掲載項目＞

- オプション検査項目一覧
- オプション検査の選び方
- 脳に関する検査
- がんに関する検査
- 婦人科に関する検査
- 生活習慣病に関する検査
- おすすめ検査
- アレルギー検査
- サービス
- お申し込み用紙

オプション検査のご案内

あなたに、必要な検査を

日頃がちょっと気になる「肌色」「髪」に気づいていることありませんか？

- 一度は脳検査を受けてみたい...
- がんに関する検査をしてみたい...
- やっぱり婦人科検診は定期的に行いたい...
- そろそろ生活習慣病が心配だ...
- 病気ではないかを知りたい...

～みんなの健康を守る～

公益財団法人 静岡県予防医学協会