

プロローグ

# 「健診」が人生を変える！



済生会熊本病院健診センター医長 高尾祐治

## ★★★ プロフィール ★★★★★★★★★★★

昭和 59 年に熊本大学医学部卒業後、済生会熊本病院循環器科医員、虎の門病院放射線科医員、済生会熊本病院循環器科(現心臓血管センター)医長を経て、平成 13 年から済生会熊本病院総合健診センター(現健診センター)医長を務める。専門は循環器一般と心臓核医学だが、現在は健康増進部門で動脈硬化予防に取り組んでいる。

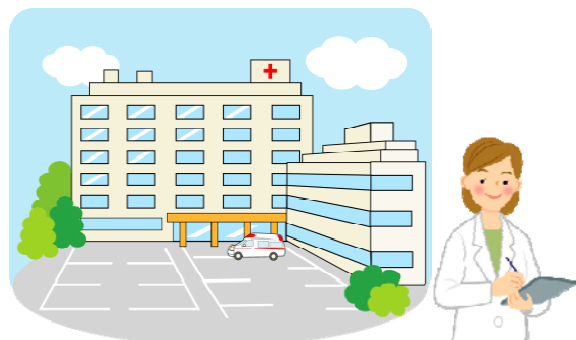
★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

**健**診とは何か、と聞かれたら、あなたはどうか返答しますか？「自分のカラダが健康かどうか、あるいは異常がないかどうかを調べること」ですか？…「ノー！」です。私なら、健診とは「これから生きていく上での健康に関する戦略設計をすること」と答えます。少し大げさですが、おそらくこれが現代の健診の定義です。

ところが、そのところを臨床の医療者はもちろんのこと、健診に従事するスタッフですら勘違いしています。「健診受診率が上がらない」とか「健診が重要だということが分かってもらえない」とか騒ぐ前に、「健診は検査を受けることだ」という古い考え方を、する側もされる側もしっかり払拭することからやり直しましょう。

**以**前は、「検査を受けること」に重きが置かれ、「何人が受診したか」「受診率が何%か」が評価されていました。できるだけ多くの人間に検査を受けてもらい、その中からガンや結核をはじめとする多くの病気を早期発見することを目的にしていました。つまり「検診」が主流でした。文字通り、<病気がないかどうかを検査する>という意味です。

でも、「健診(健康診査)」は「検診」ではありません。「健診」は、健康度の確認であって、異常度の評価ではありません。特定健診・特定保健指導の解説書には<健診≒保健指導>と書かれており、検査は保健指導の重きを分けるための前準備として存在するにすぎません。ふつうの健診やドックでも基本は同様です。つまり、検査を受けることだけではなく、あるいは検査で異常を見つけることだけでもなく、その結果を基にして自分がこれからどう生きていくかの具体的な目標をつくり、それを家族や社会や健診スタッフと一緒に考えて実行すること…ここまですべてひっくるめて「健診」と定義しているわけですから、まずはそういう意識をみんなが共有する努力が要ります。



**さ**て、そんな健診結果の読み解き方と生活設計・実行のヒント(というとおこがましいですが、私が日頃の業務中に受診者の皆さんにお話ししている内容)を、これから1年間で書かせていただきます。少しでも参考になれば幸せです。

7月号は、<なぜ今「食後高血糖か？」～糖尿病は他人事だと思っているあなたへ>…  
乞うご期待！