



健康診断を受けよう！

被扶養者（ご家族）の皆様、健診の予約はお済みでしょうか？
自分の身体の状態を知るのが年1回の健康診断です。
あなた自身のため、ご家族のために、是非、健康診断をお受け下さい。
健診の結果、二次健診に該当した場合は、
速やかに医療機関を受診してください。

アクサ生命健康保険組合

2022年10月



皆さん健康診断はお受けになりましたか？
アクサ生命健康保険組合では、被扶養者の方にも健康診断を実施していますが、ご存知ですか？

※被扶養者とは、被保険者の収入によって生活している家族で、法律等で決まっている一定の条件を満たす必要があります

私は普段健康なので、健康診断は受けなくても大丈夫かと思うのですが・・・。
毎年、健康診断を受ける必要があるのでしょうか？

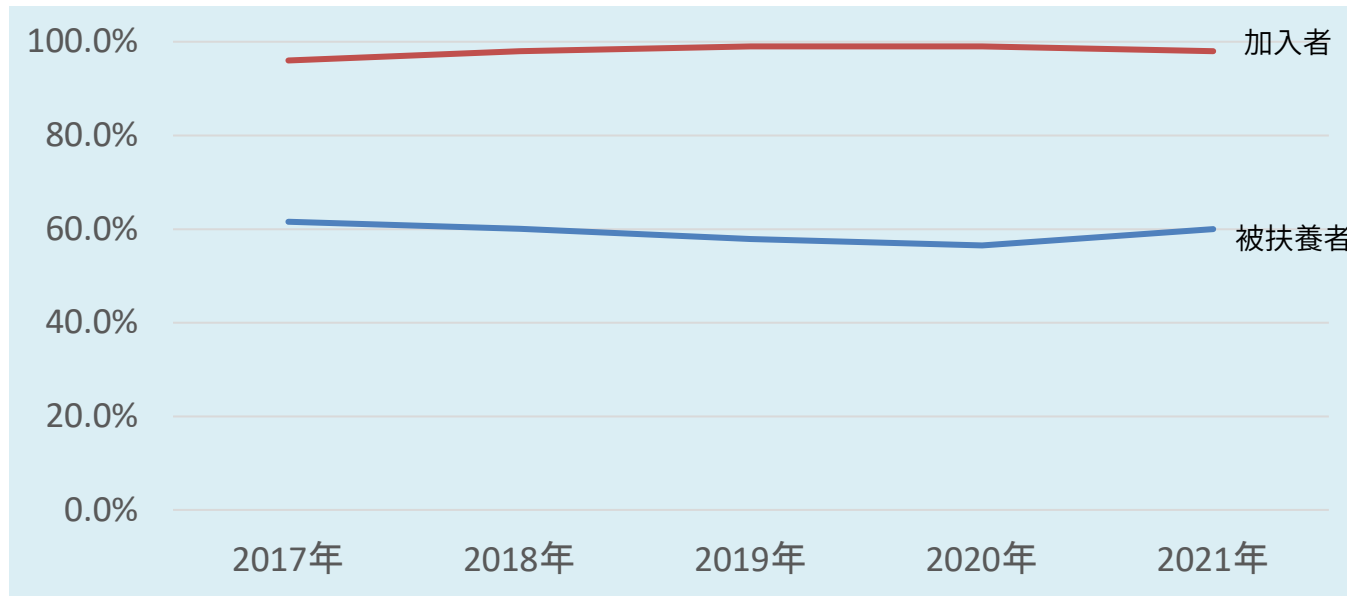


健康診断は、病気の早期発見のために受けるものです。
生活習慣病の発見、予防、早期がん発見のためにも健康診断を毎年受けるようにしましょう。

病気の早期発見と言われても、自覚症状もないんです。
どのくらいの方が健康診断を受けているのですか？



健康診断受診率の推移



このグラフは、健保組合の加入者と被扶養者の健康診断の受診率の比較です。
加入者の方の健診受診率は、ほぼ100%ですが、被扶養者のみなさんは、6割程度しか受けていないんです。

健康診断は受けに行くのも面倒だし、何の検査をするのかよくわからないんですよね。



健康診断で受けられる主な検査



身体計測



尿検査



血圧測定



レントゲン



心電図検査



血液検査



尿検査は、腎疾患や糖尿病を見つけることができます。胸部レントゲンは、肺がんや心拡大などの異常、心電図は、不整脈などの心疾患がわかります。血液検査を受けることで、貧血、肝機能障害、腎疾患、また生活習慣病の発見につながります。



がんになるのが心配ですが、がん検診はないのでしょうか？

胃がん



バリウム検査
または



胃カメラ

肺がん



レントゲン検査

大腸がん



便潜血検査

乳がん



マンモグラフィ
または



乳腺エコー

子宮がん



子宮頸部細胞診

前立腺がん

※50歳以上の男性は、血液検査で前立腺がんの検査（PSA）を受けることができます。

アクサ生命健康保険組合の健康診断では、年齢により上記のがん検診が既に組み込まれています。自分が何のがん検診の対象になっているか、しっかり確認して下さいね。



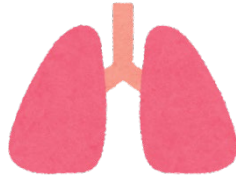
代表的ながんについて知ろう

胃がん



日本人男性が罹患するがんの上位。原因として、ヘリコバクター・ピロリ菌の感染、喫煙、食塩のとり過ぎなどが関係すると言われています。胃がんは、早い段階では自覚症状がほとんどなく、かなり進行しても症状がない場合があります。検診が重要です。

肺がん



日本のがん死亡者数の1位。喫煙は肺がんの危険因子の1つです。喫煙者は、非喫煙者と比べて男性で4.4倍、女性では2.8倍肺がんになりやすく、受動喫煙も肺がんのリスクを2~3割程度高めます。死亡数が罹患数に近いがんです。つまり、治りにくいがんです。

大腸がん



男女とも患者さんの多いがんです。牛肉、豚肉の他、ベーコンなどの加工肉のとり過ぎ、肥満、飲酒、喫煙等で大腸がんのリスクが上がります。早期の段階では自覚症状はほとんどなく、進行すると血便、便秘、便が細い、おなかが張る、腹痛、貧血、体重減少などを認めます。

子宮がん



子宮がんには、子宮頸がんと子宮体がんの2種類があります。頸がんの患者さんは、若い世代から多く、原因にヒトパピローマウイルスの感染が関係しています。体がんの患者さんは、中高年が中心です。頸がんは、検診を受ける。体がんは、不正出血などの自覚症状に注意して下さい。

乳がん



女性の中で、一番多いがんです。女性ホルモンのエストロゲンが関係しています。乳がんの主な症状は、乳房のしこりです。乳がんは、自分で気づくことができるがんの一つです。入浴や着替えのときなどに、自分の乳房を見たり触ったりして、セルフチェックをしましょう。

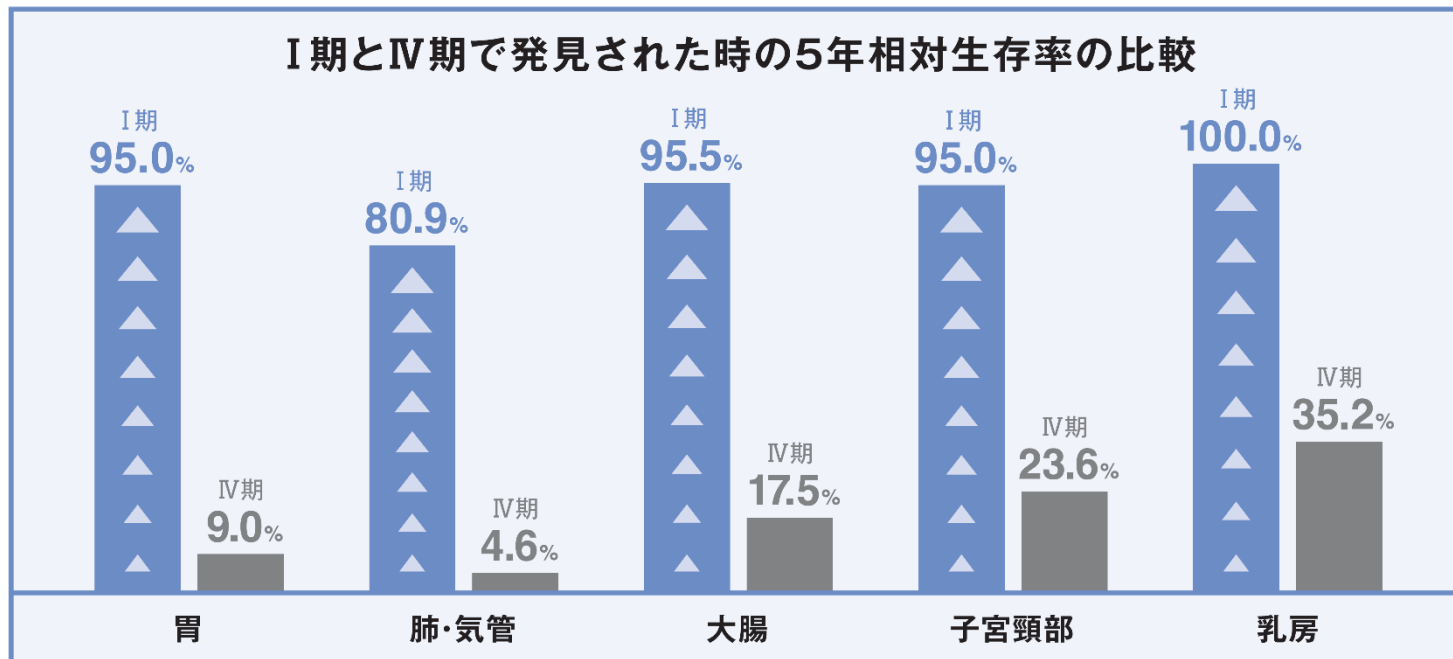
がんは、禁煙や食生活の見直し、運動不足の解消などによって、予防することもできます。しかし、それらを心がけていても、がんにならないようにすることはできません。がんの初期症状ははっきりしないことが多いですので、がん検診を受けることが重要です。



がんは早期発見・治療が重要です

[早期で発見できれば、がんは治る!]

病期(ステージ)が早期であれば早期であるほど、がんが治る可能性が高くなるだけでなく、仕事との両立もしやすくなり、がんの治療が身体的にも、経済的にも、心理的にも軽くなります。



出典:公益財団法人 がん研究振興財団「がんの統計'16」

病期(ステージ)には、I期からIV期まであります。I期は早期がんとなります。IV期は進行がんです。胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんでは5年生存率がI期で95%以上です。ところがIV期になると5年生存率は、かなり低下します。早期発見、早期治療がいかに大切かわかります。

このスライドはがん対策推進 企業アクションのスライドを転載しています。



二次健診へ行きましょう

二次健診で皆さんが受けている検査の一例

CT検査



肺などの呼吸器系、肝臓や胆のう、すい臓などの消化器系の精密検査では、CT検査をすることがあります。検査時間は5分程度、痛みを伴わない検査です。

大腸カメラ検査



便潜血検査で陽性の場合、大腸カメラを行います。事前に下剤を飲むなどの処置があります。小さなポリープなどは、その場で切除することもあります。

ピロリ菌検査



胃の検査で、胃炎などの所見がある場合、ピロリ菌の検査を受けるよう指示が出ることがあります。検査が陽性の場合、内服薬で治療（除菌）が可能です。

健診結果で要再検査や要医療になった場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。何科を受診したらよいかわからない場合は、健診を受けた医療機関に相談して下さい。

