かしこいオプション検査の受け方

「何歳になったら、どんな検査を受ければいい？」

年代・性別	おすすめのオプション検査	ワンポイントアドバイス
40歳代～	➡ [腹部超音波検査] 22 [胸部ＣＴ検査] 14 [大腸内視鏡検査] 25 [Ｌｏｘ-ｉｎｄｅｘ] 18 [動脈硬化検査] 16 [胃ミニドック] 10 [大腸ミニドック] 11 [ＭＣＩスクリーニング検査プラス] 44	➡ がんや動脈硬化合併症が増えてくる年代です。 がんの早期発見と動脈硬化の進行予防にお役立てください。
50歳代～	➡ [脳ＭＲＩ・ＭＲＡ検査] 43 [頸動脈超音波検査] 17 [あたまの健康チェック] 45 [ＭＣＩスクリーニング検査プラス] 44	
20・30歳代（女性のみ）	➡ [乳腺超音波検査] 32 [子宮がん検査] 30 [レディースミニドック （マンモグラフィー検査なし）] 12	➡ 乳がん・子宮がんが、若い女性にも増えています。 30歳代までの方には、マンモグラフィーよりも超音波検査が向いています。
40歳代（女性のみ）	➡ [マンモグラフィー（1年おき）] 31 [乳腺超音波検査] 32 [子宮がん検査] 30 [レディースミニドック] 12	➡ マンモグラフィーと超音波検査はともに乳がんの検査ですが、 見つけやすいがんのタイプが異なるので、併用をおすすめします。
50歳代～（女性のみ）	➡ [マンモグラフィー（1年おき）] 31 [子宮がん検査] 30 [骨粗しょう症検査] 46 [レディースミニドック] 12	➡ 閉経後、骨密度が急激に低下しますので、検査をおすすめします。
50歳代～（男性のみ）	➡ [前立腺がん検査（ＰＳＡ）] 28	➡ 早期がんの検出に有効です。

「健診での検査異常値・治療中の疾患があるが、どんな検査を受ければいい？」

検査異常値・治療中の疾患	おすすめのオプション検査	ワンポイントアドバイス
血圧が高め	➡ [糖尿病検査]　34	➡ 食事に影響されにくく、さまざまな期間の血糖値のレベルがわかります。
糖尿病・血糖値が高め 高血圧症・血圧が高め 高脂血症・脂質異常症 コレステロール・中性脂肪が高め	➡ [頸動脈超音波検査]　17 [動脈硬化検査]　16 [脳ＭＲＩ・ＭＲＡ検査]　43 [心臓ミニドック]　8 [食生活指導]　50	➡ がんや動脈硬化合併症が増えてくる年代です。 がんの早期発見と動脈硬化の進行予防にお役立てください。
痛風・尿酸値が高め	➡ [食生活指導]　50	➡ 高尿酸血症があると、高血圧症・腎機能障害を合併しやすいので、 節酒や食生活改善が必要です。
肺気腫・閉塞性肺疾患 と言われた	➡ [胸部ＣＴ検査]　14	➡ 見過ごしやすい項目ですが、将来酸素療法が必要になる場合もあります。 早めに検査を受けて病気の進行を予防しましょう。
心電図で左心肥大 胸部エックス線検査で心肥大 不整脈がある	➡ [心臓ミニドック]　8 [脳ミニドック]　9 [頸動脈超音波検査]　17	➡ ・心臓に負担がかかる病態、自覚症状がなくても潜在的な心臓疾患がないか チェックします。 ・負荷心電図で虚血性心疾患を、心臓超音波検査で心腔拡大や心筋肥厚などを チェックします。 ・不整脈により心臓内にできた血栓が脳につまる場合があります。
胃炎・胃潰瘍と言われた	➡ [胃部内視鏡検査]　24 [胃の検査 (ピロリ菌・ペプシノゲン)]　21 [胃ミニドック]　10	➡ 胃がんリスクを判定します。 ピロリ菌感染が見つかった場合は、胃がん発症の予防のため除菌治療をおすすめします。
尿潜血反応陽性	➡ [腹部超音波検査]　22	➡ 腎結石や腎盂の形態などを検査して出血の原因をさがします。
便潜血反応陽性	➡ [大腸内視鏡検査]　25 [大腸ミニドック]　11	➡ 大腸内視鏡検査でポリープや腫瘍・潰瘍がないか検査します。

「自覚症状・気になることがあるが、どんな検査を受ければいい？」

自覚症状・気になること	おすすめのオプション検査	ワンポイントアドバイス
血痰、せきやたんが長く続く	➡ [肺ミニドック] 7 [喀痰細胞診　肺がん検査] 13	➡ 肺がんなどの肺の疾患がないか検査します。
疲れやすい、急激な体重変化がある 首元が腫れている	➡ [甲状腺セット検査] 49	➡ 甲状腺機能亢進症・甲状腺機能低下症がないか検査します。
常におなかの調子が悪い、 以前大腸ポリープと言われた ことがある	➡ [大腸内視鏡検査] 25	➡ 大腸内視鏡検査でポリープや腫瘍・潰瘍がないか検査します。
高齢、運動不足、転倒しやすい 腰痛がある、骨折したことがある	➡ [骨粗しょう症検査] 46	➡ 骨密度が低下していると骨折や腰痛の原因になります。 早めにチェックして対策を開始しましょう。
「がん」が心配	[尿によるがんスクリーニング検査（Ｎ－ＮＯＳＥ）] ➡ [血液による「がん」リスク検査] 1～3、6 [各腫瘍マーカー検査] 20、26～29、33	全身を網羅的に調べる簡単な尿検査がおすすめです。 ➡ いろいろな部位に対応する検査もあります。目的によって選択してください。
いびきや日中の眠気がひどい、 睡眠中呼吸がとまっていると 言われる	➡ [ＳＡＳ(睡眠時無呼吸症候群）簡易検査] 15	➡ 睡眠時に呼吸が止まると低酸素状態になり、心臓病や高血圧のリスクが高まります。 昼間の眠気で事故も起こしかねません。積極的に検査を受けましょう。
結婚を控えて（結婚を考えて） いるが、検査しておくことは ないか	➡ [ブライダルチェック検診] 47 [レディースミニドック] 12	➡ お互いのパートナーの感染症の検査をおすすめします。 男女共通検査と、女性のみの検査があります。