

## おすすめの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～             | <ul style="list-style-type: none"> <li>【腹部超音波検査<sup>24</sup>】</li> <li>【胸部CT検査<sup>16</sup>】</li> <li>【大腸内視鏡検査<sup>27</sup>】</li> <li>【Lox-index<sup>20</sup>】</li> <li>▶【動脈硬化検査<sup>18</sup>】</li> <li>▶【胃がんセット<sup>12</sup>】</li> <li>▶【大腸がんセット<sup>13</sup>】</li> <li>▶【MCISクリーニング検査プラス<sup>47</sup>】</li> </ul> | <p>▶ 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</p>       |
| 50歳代～             | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶【脳MRI・MRA検査<sup>45</sup>】</li> <li>▶【頸動脈超音波検査<sup>19</sup>】</li> <li>▶【あたまの健康チェック<sup>46</sup>】</li> <li>▶【MCISクリーニング検査プラス<sup>47</sup>】</li> </ul>                                                                                                                         |                                                                |
| 20・30歳代<br>(女性のみ) | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶【乳腺超音波検査<sup>34</sup>】</li> <li>▶【子宮がん検査<sup>32</sup>】</li> <li>▶【レディースセット<br/>(マンモグラフィー検査なし)<sup>14</sup>】</li> </ul>                                                                                                                                                      | <p>▶ 乳がん・子宮頸がんが、若い女性にも増えています。30歳代までの方には、マンモよりも超音波検査が向いています</p> |
| 40歳代<br>(女性のみ)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶【マンモグラフィー(1年おき)<sup>33</sup>】</li> <li>▶【乳腺超音波検査<sup>34</sup>】</li> <li>▶【子宮がん検査<sup>32</sup>】</li> <li>▶【レディースセット<sup>14</sup>】</li> </ul>                                                                                                                                 | <p>▶ マンモと超音波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</p>    |
| 50歳代～<br>(女性のみ)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶【マンモグラフィー(1年おき)<sup>33</sup>】</li> <li>▶【子宮がん検査<sup>32</sup>】</li> <li>▶【骨粗しょう症検査<sup>48</sup>】</li> <li>▶【レディースセット<sup>14</sup>】</li> </ul>                                                                                                                                | <p>▶ 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</p>                         |
| 50歳代～<br>(男性のみ)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶【前立腺がん検査(PSA)<sup>35</sup>】</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                      | <p>▶ 早期がんの検出に有効です</p>                                          |

「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                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 血糖値が高め                                                    | ▶【糖尿病検査 <sup>38</sup> 】                                                                                                                                                                                       | <p>▶ 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</p>                                                                                                              |
| 糖尿病・血糖値が高め<br>高血圧症・血圧が高め<br>高脂血症・脂質異常症<br>コレステロール・中性脂肪が高め | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶【頸動脈超音波検査<sup>19</sup>】</li> <li>▶【動脈硬化検査<sup>18</sup>】</li> <li>▶【脳MRI・MRA検査<sup>45</sup>】</li> <li>▶【心臓病セット<sup>10</sup>】</li> <li>▶【食生活指導<sup>52</sup>】</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病、高血圧症、脂質異常症は、動脈硬化をきたしやすい疾患です</li> <li>▶ 動脈硬化から脳梗塞や心筋梗塞を起こしやすくなります</li> <li>・まずは食生活の改善を始めることが重要です</li> </ul> |
| 尿酸値が高い<br>痛風                                              | ▶【食生活指導 <sup>52</sup> 】                                                                                                                                                                                       | <p>▶ 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</p>                                                                                                   |
| 肺炎腫、閉塞性肺疾患<br>といわれた                                       | ▶【胸部CT検査 <sup>16</sup> 】                                                                                                                                                                                      | <p>▶ 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</p>                                                                                       |

| 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                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 心電図で左室肥大<br>胸部エックス線で心肥大<br>不整脈がある | ▶ <a href="#">【心臓病セット10】</a><br>▶ <a href="#">【脳卒中セット11】</a><br>▶ <a href="#">【頸動脈超音波検査19】</a>                          | ・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<br>・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<br>・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<br>・頸動脈の血栓が脳梗塞のリスクになることもあります |
| 胃炎・胃潰瘍と言われた                       | ▶ <a href="#">【胃部内視鏡検査26】</a><br>▶ <a href="#">【ABC検査(胃の検査)(ヘリコバクターピロリ菌+ペプシノーゲン)23】</a><br>▶ <a href="#">【胃がんセット12】</a> | 胃がんリスクを判定します。ヘリコバクター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                           | ▶ <a href="#">【腹部超音波検査24】</a>                                                                                           | ▶ 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                           | ▶ <a href="#">【大腸内視鏡検査27】</a><br>▶ <a href="#">【大腸がんセット13】</a>                                                          | ▶ 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・気になる事があるが、どの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、咳や痰が長く続く                     | ▶ <a href="#">【肺がんセット9】</a><br>▶ <a href="#">【喀痰細胞診 肺がん検査15】</a>                                                                                                      | ▶ 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、首元がはれている       | ▶ <a href="#">【甲状腺セット検査51】</a>                                                                                                                                        | ▶ 甲状腺機能亢進症・甲状腺機能低下症の可能性があります                                          |
| 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  | ▶ <a href="#">【大腸内視鏡検査27】</a>                                                                                                                                         | ▶ 大腸のポリープや腫瘍、潰瘍などを検査します                                               |
| 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   | ▶ <a href="#">【骨粗しょう症検査48】</a>                                                                                                                                        | ▶ 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                         | ▶ <a href="#">【各種腫瘍マーカー検査22、23～31、35】</a><br>▶ <a href="#">【血液による「がん」リスク検査11～14】</a><br>▶ <a href="#">【尿による「がん」リスク検査5、6】</a><br>▶ <a href="#">【画像による「がん」リスク検査7、8】</a> | ▶ いろいろな部位に対応する検査があります。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、睡眠中呼吸が止まっていると言われる | ▶ <a href="#">【SAS(睡眠時無呼吸症候群)簡易検査17】</a>                                                                                                                              | 睡眠時呼吸が止まると、低酸素状態になり、心臓病や高血圧のリスクが出てきます。昼間の眠気で事故もおこしかねません。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  | ▶ <a href="#">【プライダルチェック検診39】</a><br>▶ <a href="#">【レディースセット14】</a>                                                                                                   | ▶ 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、女性のための検査があります                      |