

健康診断を 知ろう：

健診の目的を理解しましょう



身長・体重

身長と体重から体格指数BMI（Body Mass Index）を算出し、肥満や痩せの判定をします。BMI18.5以上25未満が普通体重です。自分の体格をチェックしましょう。

尿検査 (蛋白・潜血・糖)

尿蛋白は腎臓の病気、尿潜血は尿管結石や腎炎、尿糖は糖尿と、尿からさまざまな病気や兆候を知ることができます。

血圧測定

血圧は心臓から流れる血液が血管を押す圧力のことです。血圧が高いと血管に強い圧力がかかり続けることになり、体に様々な影響（動脈硬化、心筋梗塞、脳血管疾患等）が出てきます。

胸部X線

肺や心臓の異常を確認するために行う検査です。気胸、結核、肺がんなどの呼吸器の病気が見つかることがあります。

心電図

心臓は微量の電気を周期的に発生していて、その電気が心臓の筋肉（心筋）に伝わることによって、収縮・拡張し、全身に血液を送っています。心電図検査は、その電気の状態をチェックします。不整脈や伝導路の障害が見つかることがあります。

問診

自覚症状や既往歴、生活習慣についてうかがいます。これを機に自分の健康を振り返りましょう。