

健診結果・判定の見方について

編集・発行 野村病院 予防医学センター

皆さん、健康診断の結果は確認していますか？健診を受けたことで満足して、結果はあまり気にしていなかった…ということはありませんか？今回は健診判定の意味をご紹介します。健診結果と判定について正しく理解し、健康診断をご自身の健康管理に活かしていきましょう。

<当施設における健診判定の意味>

A	異常なし
B	軽度異常
C	1年後再検査
C1	半年後に再検査
C2	3か月後に再検査
D1	要医療
D2	要精密検査
E	通院治療・経過観察中

C

C：特に指定のない限り1年後に再検査して下さい

C1：半年後に再検査して下さい

C2：3か月後に再検査して下さい

病気へと進行する可能性があります。

生活習慣を改善しながら、健診結果表をもって医療機関で再検査をして下さい。

※「C判定：1年後再検査」は翌年健診を受けてください。

D

D1：要医療

D2：要精密検査

治療、または精密検査が必要です。病院を受診してください。健診の結果、受診が必要と判断された方には紹介状を発行しています。紹介状を持って受診しましょう。

※必ずしも異常があると断定するものではありません。精密検査の結果、異常がない場合もあります。

C判定・D判定 だったけど…



病院に行くのは面倒だ

症状はないし大丈夫だろう

昨年も同じ判定だったから
大したことはないだろう

って思っていないませんか？

その考えは危険です！

病気を早期に発見して治療へ繋げることが健診の持つ役割の一つです。

また、病気になる前に受診し、生活習慣を改善することで病気を予防できる場合もあります。

健康診断でC1・C2判定やD判定があった場合は放置せず、判定の指示に従い受診しましょう。

※C判定は1年後に健診を受けましょう。



自覚症状が現れにくい病気は少なくありません。だからこそ、定期的な健康診断で健康状態をチェックすることが大切です。D判定やC1・C2判定があった場合は放置せず、生活習慣の改善や病院の受診をすることで健康診断を皆さんの健康管理に役立てましょう！

その他の判定 (C・D判定以外) について



A

A：今回の検査の範囲では異常ありません。

健診の結果、異常を認めませんでした。

ただし、あくまで「健診で実施した検査において異常がない」という結果ですので、自覚症状がある場合などは、医療機関を受診して医師に相談することをお勧めします。

B

B：わずかな変化で心配いりません。

人の体には個人差があるため、健康であっても基準値からはずれた数値が得られる場合があります。ただし、健康な状態から悪化している途中段階の可能性もあるため、次年度の健診でも結果(判定)が悪化していないか確認することをお勧めします。

※あくまで「健診で実施した検査において異常がない」という結果ですので、

自覚症状がある場合などは、医療機関を受診して医師に相談することをお勧めします。

※糖代謝についてはB判定(軽度異常)でも糖尿病予備軍である場合が少なくないため、

わずかな変化でも油断せず、生活習慣を見直す注意が必要です。

当施設では糖代謝B判定の方にも保健指導を実施しています(人間ドックを受診の方)。

E

E：今後も通院・経過観察を続けてください。

現在治療中、または経過観察中の項目はE判定になります。

引き続き主治医の指導の下で通院や治療を行ってください。

※通院中の項目でも、健診結果の程度や通院状況によって改めて再検査・精密検査をお勧めする場合があります。その場合はC判定・D判定となります。

※上記は、野村病院予防医学センターにおける健診判定です。判定区分は健診施設によって異なる場合があります。
※当施設は、公益社団法人 日本人間ドック学会の基準を参考に判定区分を設定しています。



当施設で日帰り人間ドックを受診された方には、**健診当日に医師が結果説明を行います。**

また、健診の結果、対象となった方には保健師・管理栄養士が生活習慣に関する保健指導を行います。

ヘルストピックス

5月病にご用心！

5月の連休の頃は、気分が憂鬱になったり、体調を崩したりすることが多い時期です。“5月病”と呼ばれるこの症状は、“**適応障害**”という状態であることが多いと言われています。

<適応障害とは？>

特定の出来事・環境にうまく適応できない状況によってストレスを感じ、心身のバランスを崩して生活に支障をきたした状態。

症状：ゆううつな気分、不安感、頭痛、不眠 など。

生活の中でストレスをためないコツを意識して、心の不調を予防しましょう。

<ストレスをためないコツの一例>

- ・規則正しい生活習慣(バランスの取れた食事・質の良い睡眠・適度な運動)
- ・リラックスできる時間を持つ(例：好きな音楽を聴く、軽いストレッチをする、ぼんやりと外を眺める など、自分がリラックスできる方法をみつけてみましょう。)
- ・うまくいかないと感じる時は、できていること・うまくいっていることに目を向けるよう意識してみましょう。

心の調子が良くないときは、ストレスを軽減して心の回復を促すことが大切ですが、場合によっては薬物療法が必要なこともあります。不調が長く続いたり、生活に支障が出るような場合は早めに専門機関(病院など)に相談することが大切です。