

健康診断やがん検診で早期発見!



初期の段階では自覚症状が出にくいがんや生活習慣病。これらの疾病を早期に発見するためには、定期的な健康診断を受けることが何より重要です。

日本人のがん検診受診率は2~3割

検診は特定の病気を発見し、早期に治療を行うことが目的です。日本人のおよそ2人に1人ががんにかかると言われる中、がん検診の受診率は

2~3割にとどまっています。(財)がん研究振興財団の資料を見ると、「健診・検診」と「その他の状況」で発見されたがんでは、総じて健診・検診で発見された人の方が生存率が高いという結果が出ています(グラフ参照)。

多忙でも必ず受けよう健康診断(健診)

健診は健康状態や疾病の有無を調べるものです。会社で行う健康診断はこれに当たり、例えば、一般的な成人病健診の検査項目は次の通りです。

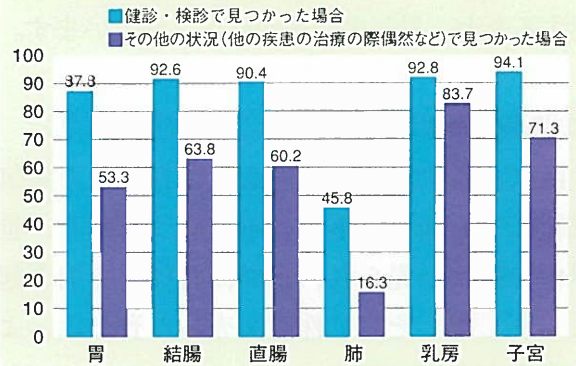
●一般的な成人病健診(40歳以上)の検査項目

- | | |
|-------------|----------------|
| ①問診票による健康調査 | ⑧血液一般検査 |
| ②身体計測(腹囲含む) | ⑨血液生化学検査 |
| ③視力・聴力検査 | ⑩X線撮影(胸部・胃部) |
| ④血圧測定 | ⑪超音波検査 |
| ⑤心電図検査 | ⑫大腸検査(便潜血反応検査) |
| ⑥眼底検査 | ⑬問診・診察 |
| ⑦尿検査 | ⑭婦人科検査 |

※医療機関によって対象年齢、検査項目等は多少異なります。

日本における事業所の定期健康診断の実施率は86.2%で、がん検診または人間ドックの実施率は41.1%でした(厚生労働省:平成19年調査)。定期健康診断はほとんどの会社で行っているようですが、中小企業では経営者自身が受けていないケースもあるようです。早めに予定を立て、忙しくても1年に1回は必ず受けるようにしましょう。

●がんの発見経緯別5年生存率(%)



身近ながん検診を活用しましょう

厚生労働省が推奨する主ながん検診(肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん)は、多くの自治体が無料あるいは小額の自己負担※で実施しており、最も身近ながん検診と言えます。さらに、「自覚症状はないものの、がん家系のため心配」という人には、全身を一度にくまなくチェックできるPET検診がお勧めです(検査の費用:約10万円)。

※各自治体によって異なります。

【今月のことば】当たり前がいちばんむずかしく、また見落としやすい 高原慶一郎(ユニ・チャーム創業者)

「当たり前のことを、当たり前とバカにしている人は成功できない。当たり前がいちばんむずかしく、また見落としやすい。突飛なことや奇をてらうのは、一見、派手で目立ちやすいが継続がむずかしい」

高原氏は、1961年に大成化工(現ユニ・チャーム)を創業し、生理用品と紙オムツの分野でトップシェアを持つ企業に育てた。P&G社が日本の紙おむつ市場の90%のシェアを持っていたときに、同社の平面型おむつではなく、赤ちゃんに履かせやすい立体型(パンツ型)のおむつで新規参入する。消費者の目線に立ったおむつはヒット商品となり、P&G社を抜いてシェアトップに立った。