

40歳～74歳
の方へ

健診は^{いつ}一時、病気は一生。

あなたも
受けなきゃ！

特定健診



ご存じですか？日本人の死因の多くは、心臓病、脳卒中などの生活習慣病です。生活習慣病は、自覚症状がほとんどないまま静かに進行していくため、気づいたときにはすでに重症化していたなんてことも……。

そうならないために、特定健診を受けて体の状態を知り、日頃の生活習慣を見直すことが大切です。

生活習慣病が重症化すると 恐ろしい病気が待っています

- 心筋梗塞 ▶ 心臓の冠動脈が詰まり、ペースメーカーなどが必要になることも！
- 脳出血 ▶ 脳の血管が破れ、半身不随などの後遺症の可能性が！
- 糖尿病腎症 ▶ 1回4時間、週3回程度の人工透析がずっと必要になることも！

特定健診は、メタボリックシンドローム(以下メタボ)や生活習慣病の発症リスクを調べ、健康づくりに役立てる
年に1度のチャンスです！

特定健診Q&A

Q 具合が悪くなったら、医療機関を受診すればいいでしょ？

A 生活習慣病は、自覚症状なく進行するため、症状が出てからでは手遅れの場合があります。毎年の健診で体の状態をチェックすることが大切です。

Q 忙しくて、受ける時間がないんだけど……

A 病気の進行に気づかず、通院や入院が必要になった場合、健診や保健指導の何倍もの時間がかかります。健診にかかるのはほんの少しの時間です。

Q 健康には自信があります。毎年受けなくても大丈夫？

A 今は元気でも、異常値に近づいているかもしれません。年に1度の健診を通して、ちょっとした体の変化に気づくことができれば、早めの対処が可能です。

Q やせているから受けなくてもいい？

A 特定健診はメタボに着目した健診ですが、体型にかかわらず、さまざまな病気の芽を見つけられます。体の状態の変化を知るためにも、必ず受けましょう。