

## 骨の検査

- 骨粗しょう症は、骨の中がスカスカの状態となり、骨がもろくなる病気です。この状態になると、わずかな衝撃でも骨折しやすくなります。骨折するまで自覚症状がない点も注意が必要です。
- 寝たきりや要介護状態の原因の上位に「骨折・転倒」があるように、健康で自立した生活を営むためにはご自身の骨密度を知ることが重要といえます。

〈参考〉日本の骨折事情（出典：公益財団法人骨粗鬆症財団）

### 足の付け根の骨折頻度

**3分に1件**

足の付け根の骨折は、  
日本で年間175,700件も発生しています

### 足の付け根の骨折の後 元通りに歩けない人

**36%**

足の付け根の骨折を起こした場合、  
退院の段階でも3人に1人は  
元通りに屋外を歩行できるまで回復していない

### 運動器の障害で 介護が必要となった女性

**4人に1人**

介護が必要になった女性の4人に1人が  
骨折を含む運動器の障害が原因でした

### 骨折が原因で介護となった場合の 5年間の費用

**1540万円**

骨折が原因で介護が必要となった場合の  
5年間の費用

## 骨密度検査（DXA法）（組合員）2,900円（一般）3,600円

- 身長と体重を測定します。以前に比べて身長が縮んでいないかを確認します。
- エネルギーの低いX線を使用し、腰椎と股関節の骨量を計測します。
- 当院で実施するDXA法は、骨粗鬆症の評価に優れた精度の高い測定方法です。



### この検査をオススメする方

- 更年期以降の女性
- 高齢の男性
- 過去に激しいダイエットの経験がある
- 運動不足
- やせ型

## ■ 腹部の検査

- 主に肝臓・胆のう・膵臓・脾臓・腎臓・脈管を観察し、形態の異常や腫瘍の有無などを調べます。
- よく見かける所見は、脂肪肝、胆石、肝のう胞、腎のう胞、腹部大動脈瘤などで、がん発見の第一歩になる場合もあるため、定期的に受けることをおすすめします。

### ■ 腹部エコー検査 (組合員)4,500円 (一般)5,500円

ベットに仰向けになり、腹部を出した状態で検査をします。

お腹に超音波の通りをよくするゼリーを塗って超音波を発生する機器を当て、臓器を観察します。

通常は10分～15分程度で終わりますが、観察のしやすさは個人差があるため、時間がかかる場合もあります。



### この検査をオススメする方

- ✓ 肝機能検査で異常が出たことがある
- ✓ 太り気味
- ✓ 中性脂肪が高い
- ✓ コレステロールが高い
- ✓ がんの既往がある



### 検査の注意点 等

- この食事の後では消化管内に空気が発生しやすいため、検査は絶食時に行います。
- 重なり合った臓器の奥に超音波が届きにくいいため、観察が困難な例や部位がある場合があります。

## ■ 内臓脂肪CT測定（ファットスキャン） （組合員）3,200円（一般）4,800円

CTによる検査でヘソ周りを撮影し内臓脂肪の面積を計測します。

内臓脂肪が100cm<sup>2</sup>を超えると内臓脂肪型肥満になり生活習慣の改善が必要です。



### この検査をオススメする方

- ✓ 最近、体重が増えてきた
- ✓ 体重は標準だけどお腹が出てきた
- ✓ 血圧やコレステロール、血糖値が高い
- ✓ 脂肪肝がある
- ✓ メタボリックシンドロームが気になる
- ✓ 肥満がある

### 内臓脂肪がたまると…

内臓脂肪が蓄積すると、糖尿病、脂質異常症、冠動脈疾患、脂肪肝など様々な病気を引き起こすため、メタボリックシンドロームとしても注目されています。

一般的には女性は皮下脂肪が増えやすく、男性は35歳から内臓脂肪が急に増えやすい傾向にありますが、女性も閉経後は女性ホルモンが減少するため内臓脂肪型肥満になりやすいことが分かっています。

内臓脂肪は一見、痩せているような方の『かくれ肥満』を見つけるのも有効ですので、一度調べて健康管理・生活習慣病の予防にお役立てください。

### ●脂肪細胞から分泌される主な生理活性物質

#### 内臓脂肪がたまると活性化

悪玉

- **TNF-α**  
インスリンの働きを低下させて（インスリン抵抗性）高血糖を起こす
- **アンジオテンシノーゲン**  
血圧をあげる
- **PAI-1**  
血栓をつくりやすくする

#### 内臓脂肪がたまると 分泌量や働きが抑制される

善玉

- **アディポネクチン**  
動脈硬化を抑えたり、インスリンの働きをよくする
- **レプチン**  
食欲を調整したり、体温を高め、エネルギー消費を増やす

## 血管の検査

- 血管は血液を全身に送る管です。この血管の壁が厚くなったり硬くなった状態(動脈硬化)になると、血管がつまったり破れやすくなります。
- 通常、加齢とともに動脈硬化は進行しますが、メタボリックシンドロームや糖尿病・高血圧・喫煙などがあると急速に動脈硬化が進行します。
- 定期的に検査を受けて、その結果を参考に生活習慣を見直し、血管を若く保ち健康長寿を目指すことをおすすめします。

### 動脈硬化検査 (PWV・ABI) (組合員)2,000円 (一般)2,300円

仰向けに寝た状態で両腕・両足首の4か所に血圧計を巻き、血圧と脈波を測定することで、血管の硬さと詰まりを推測し、血管年齢が分かります。



#### この検査をオススメする方

- 脂質異常症や肥満、高血圧、糖尿病など生活習慣病がある
- 自覚症状で冷感やしびれ感がある
- タバコを吸う

### 頸動脈エコー検査 (組合員)4,500円 (一般)5,500円

頸動脈は全身の動脈の中でも体表に近く、この検査により全身の動脈硬化が推定できます。動脈硬化が起こっていると、血管の壁が厚くなるまたは硬く(石灰化)なります。この検査では血管の壁の厚さを測定し、石灰化の有無や血管が狭くなっていないかを調べます。



#### この検査をオススメする方

- 脂質異常症や高血圧、糖尿病など生活習慣病の既往がある
- 高尿酸血症(痛風)の既往がある
- アルコールの量が多い
- タバコを吸う

## ■ その他の検査

### ■ 甲状腺検査 (FT3・FT4・TSH) (組合員) 4,500円 (一般) 5,000円

喉ぼとけの下側にある甲状腺は全身のエネルギー代謝にかかわっています。この検査では、血液中に分泌される甲状腺ホルモン (FT3・FT4) と、それを調整するために脳下垂体から分泌される甲状腺刺激ホルモン (TSH) を検査し、甲状腺の働きに異常がないかを調べます。



#### この検査をオススメする方

- ✓ 最近、体重が減ったり、増えたりしている
- ✓ やる気が起きない
- ✓ 動悸がする
- ✓ 家族に甲状腺疾患の方がいる

### ■ アレルギーView39 (特異的IgE) (組合員) 12,000円 (一般) 14,500円

私たちの身体には、外から異物が入ってきた時、その異物を排除しようとする「免疫」という機能が備わっています。

免疫は細菌やウイルスから身体を守ってくれる大切なシステムですが、この免疫が過剰に働いてしまうことで、通常は身体に害のないもの (食べ物やほこり、花粉など) に反応してしまうことがあり、くしゃみや鼻水、皮膚のかゆみなど様々症状が出現します。これがアレルギーです。アレルギー疾患では原因となるアレルゲンを除去・回避することが大切です。

この検査では、一度に39項目のアレルゲンに対して、アレルギーの強さを調べます。結果は視覚的に表示され、一目でわかるようになっています。



#### この検査をオススメする方

- ✓ 原因のよく分からないアレルギーを持っている
- ✓ 一度アレルギーについて詳しく調べてみたい