

特集

滋賀保健研究センター 人間ドック施設 見学レポート

健康経営の取り組みが進んでいる今、従業員の方の健康維持のため人間ドックを推進している事業所様も多いと思います。ただ、人間ドックって聞いたことはあるけれど、一体どんな検査をするの？など疑問を抱えたまま人間ドックを躊躇している方も多いと思います。

そういった方のために疑問を少しでも解消できればと思い、滋賀保健研究センターの施設を見学してきました。

Step 1



① 受付

まずは2階へ。そして受付。人間ドックの説明やランチの予約をします！

スタッフの方が受診の流れなど丁寧に教えてくださいます。



各検診室から呼ばれるまでの間、自由に利用できます。フロアの中央は吹き抜けになっており、ソファがたくさん設置されており、とても明るい雰囲気です！

Step 2



② 更衣

ここで着替えます。
肌寒い場合はブランケットの貸し出しがあるので安心です。

③ 身体測定、採血、採尿、血圧

身長・体重などの測定、採血、検尿、血圧の測定を行います。

Step 3



Step 4



④ 視力検査

(OCT) 従来の眼底検査に比べより“早く、苦痛なく、正確な”検査を実現でき、一般的な眼圧検査では難しい緑内障の早期発見も可能になったそうです。

⑤ 聴力検査

法定健診より、多い6種で判定できるそうです。

個室に入って行います。バリアフリーになっているので車いすのかたも安心です。

Step 5



Step 6



⑥ 肺機能検査

鼻をクリップでつまみ、息を口から思いっきり吸ったり、吐いたりを繰り返します。思いっきり息をするので、結構パワーが必要です。

Step 7

⑦ 心電図

女性技師の方が行ってくださいるので、女性の方も安心して受診できます。

Step 8

⑧ 胸部X線

撮影台は底面がフラットになっており、受診者が動かずとも機器での高さ調節が可能なので、車いすの方、足の不自由な方なども受診しやすいです。

Step 9

⑨ 胃カメラ オプション検査

所要時間は麻酔等の準備も含め、約15分程度です。

経鼻が不可の方のみ経口で実施されるそうですが、いずれも鼻用の細い管を使用するので負担は少ないです。

検査後1時間は飲食ができません。

オプション検査



◀CT検査

CT検査にはAIDR3Dを採用されていて被ばくが低減したそうです。

機器から音声がながれるのでその指示に従って受診します。

オプション検査



◀婦人科 乳がん検診(マンモグラフィ)

乳房を2枚の板で挟み、押しつぶした上でX線画像を撮影します。乳房を薄く押しつぶせば押しつぶしたただけ、きれいなX線画像が得られて、病変の見逃しも少なくなるそうです。

Step 10



⑩ ランチ

検査後はランチを楽しめます！お店は4店舗の中から選びます。

Step 11



⑪ 結果説明、アドバイス

ランチの後は、先生から当日の検査結果(血液検査の速報値等)や今後気を付けるべき生活習慣や次回受診すべきオプション検査についても説明していただけます。

また保健師、栄養士の方からは動脈硬化モデル(模型)や実際の食品などを用いて具体的な生活指導を受けることができます。

見学を終えて…

初めて施設の見学をしてイメージがガラッと変わりました。非常に綺麗な施設で過ごしやすい雰囲気でした。初めてなので分からないことばかりでしたが、スタッフの方が丁寧に对应してくださるので、安心です。受診前はかなり不安があると思いますが、受付のスタッフの方が丁寧にドックの流れを説明して下さり緊張は和らぐと思います。検査の機器も最新のものがあり、非常に充実した施設だと感じました。検査後には、結果を元にして先生から生活習慣のアドバイスをいただき、保健師の方から食事などの生活指導を受けることができるので、改善していけるかと思っています。

定期健診とは違い人間ドックは検査する項目が多く、より詳しく身体の状態を調べられます。ですから、生活習慣病や癌を早期に発見できる可能性がそれだけ高いと考えられています。一度人間ドックを受けてみてはいかがでしょうか…？