秋 いつもの健診にプラス！ ～あなたにあった オプション検査を見つけよう～

健管だより 秋号
2026 年 10月発行
堀川病院 健康管理部
衛生委員会

秋も深まり、涼しく過ごしやすい日が増えてまいりましたね。秋は、健康診断や人間ドックを受ける方が多いシーズンでもあります。毎年指定の項目だけ受けていらっしゃる方も多いですが、当院では、様々な検査をご本人様が選んでオプション検査として追加することができます。今年の健診は、あなたにあったオプション検査を見つけて、バージョンアップしてみませんか？

とはいえ、自分だけで自分にピッタリな検査を選ぶのは難しいですよね。どんなオプション検査があるのか、自分のニーズに合っているか、異常所見があったらどんな流れになるのか、検査料金はどのくらいかかるのかなど、健康管理部のスタッフに、どうぞお気軽にご相談ください。

オプション検査を選ぶヒント～自分のリスクから考えよう～

検査は「受ければ受けるほどよい」「受けるだけで健康になれる」というものではありません。ご自身がかかるリスクの高い病気を見つけられる検査、異常を見つけたあとに健康に繋がる行動（有効な治療や生活習慣の改善）に繋がる検査を、見通しをもって選ぶことが大切です。

オプション検査の選び方の例

年齢・性別

子宮頸がん検診
・20 歳以上の女性

乳がん検診
（マンモグラフィー・乳腺エコー）
・40 歳以上の女性

骨密度検査
・閉経後の女性や細身の方

PSA（前立腺腫瘍マーカー）
・50 歳以上の男性

家族歴

胃カメラ検査（特に 35 歳以上）
・家族の胃がん
・ピロリ菌感染歴（幼少期の家庭内感染が多いです）

頭部 MRI・MRA 検査
・家族のクモ膜下出血

生活習慣・健診結果

低線量胸部 CT
・喫煙歴があり肺がんが心配な方、特に喫煙指数（＝1 日の本数×年数）が 600 以上の方に推奨

HbA1C（採血）
・血糖が高く糖尿病が気になる方

血圧脈波・頸動脈エコー
・高血圧や脂質異常症があり動脈硬化・脳血管疾患のリスクの高い方

※疾患のリスクは「遺伝だけ」「生活習慣だけ」ということは少なく、様々な要因が影響しています。
※自覚症状や健診の結果によって、オプション検査よりも受診をお勧めする場合もあります。
※オプション検査は上記以外にも様々あり、年齢・性別によって京都市の補助が受けられる検査もあります。 お気軽にお問合せください。

オプション検査を受けて「異常あり」と言われたら

健康診断の検査は、健康な人・症状のない人の中から、病気の可能性がある人を早めに見つけるための検査（スクリーニング検査）です。「異常あり」の人の中には、精密検査をすると問題のない人も含まれるため、検査結果を必要以上に恐れる必要はありません。

しかし中には、早急な治療が必要な病気がみつかる場合もあります。受診や精密検査を勧められたら、必ず受診しましょう。どこに受診したらよいか迷われる場合も、お気軽にご相談ください。

オプション検査後の経過の例



A さん（70代・男性） 市の補助を利用して、採血で PSA（前立腺腫瘍マーカー）を追加。
➡PSA が高値。泌尿器科を受診し、MRI などの検査を実施。がんではなく前立腺肥大の影響とのことで、一安心。頻尿も気になっていたため、**前立腺肥大の治療**を始めました。



B さん（40 代・女性） 父が胃がんでなくなり、心配になって、初めて胃カメラ検査を受検。
➡萎縮性胃炎を指摘、**ピロリ菌抗体検査（採血）**も勧められ、陽性と判明。
1 週間の内服治療の結果、無事に**ピロリ菌の除菌に成功**しました。
胃がんのリスクは減って安心ですが、これからも毎年胃カメラ検査は受けて経過をみます。



C さん（50 代・男性） タバコがやめられず、低線量胸部 CT 検査を受検。
➡小さな肺結節が見つかり、呼吸器内科で**胸部 CT や組織検査などの精密検査**をし、**早期の肺癌と診断**されました。治療を開始し、禁煙も頑張っています。



【よくある質問】バリウム検査と胃カメラ検査、どう違うの？

これら2つの胃の検査は、いずれも胃がん検診として有効ですが、方法も見え方も全く違います。**精度は胃カメラの方が高い**ため、特に、ピロリ菌の感染歴のある方や、これまでの検査で所見があり経過観察が必要な方、気になる症状のある方は、胃カメラをおすすめします。

検査	バリウム検査（胃部エックス線検査）	胃カメラ検査（胃部内視鏡検査）
		
方法	バリウム（造影剤）と発泡剤（胃を膨らます薬）を飲み、X 線（レントゲン）を撮影	鼻または口から内視鏡（カメラのついたスコープ）を入れ、胃の中を直接観察
見え方	胃の形や粘膜の凹凸を白黒の影として見る 胃全体の形や変形などを捉えられる	色のついた映像として、胃の粘膜を直接見る 粘膜の小さな変化も観察できる
検査のリスク	放射線被ばく、バリウムによる便秘・腸閉塞 誤嚥、アレルギー反応など	挿入時の苦痛（個人差あり） ごくまれに、出血・穿孔などの偶発症
その他	精密検査が必要な時は、胃カメラを実施	必要に応じて、組織を採取して詳しく調べられる（生検）