

## JECジャパンクリニック健康診断のご案内

健康であることが幸せの礎であることは、古今東西変わりませんが、海外で生活していると、健康の大切さはさらに実感されることと思います。食事や言葉、生活習慣の違いなど、環境全般の大きな変化は、ストレスとなり、体調の変化を感じる方も多いでしょう。一方、日本とは違った医療制度とコミュニケーションの壁で、健康に不安があっても、なかなか医師に相談はできない、という方も多いと思います。

当クリニックの健診では、診察時間に、日本人医師と日本語でご相談いただけますよう、ゆったりとした時間配分になっております。また、健康診断で異常所見が見つかった場合、フォローアップとして、健診実施医に直接ご相談の上、再検査や精査紹介も可能です。健康は個人にとっても大切ですが、家庭、職場、社会においても一人一人の健康は財産です。皆様が、健康で実り多い海外生活を送られますよう、健康診断を通して当クリニックスタッフ一同、お手伝いさせていただきます。

### ◎基本コース Basis pakketten

VA	成人Aコース Volwassene pakket A	<ul style="list-style-type: none"><li>● 特定健康診査の基本的項目をカバーし、身体計測、メタボリックシンドローム判定、血圧測定、血圧リスク判定、心電図、血液・尿検査、便潜血検査、視力検査にて、全身の健康状態の評価を行います。</li><li>● 30歳以下の若い方や、以前の健診で明らかな異常を指摘されていない方にお勧めのコースです。</li><li>● 診察の際に、女性の希望者は乳房の視触診を受けることができ、異常所見が見つかった場合は、マンモグラフィー検査へ紹介されます。</li><li>● 当コースには、健診聴力検査が含まれておりませんので、聴力低下等を自覚されている方は、当コースに、オプションの詳細な聴力検査を組み合わせることをお勧めします。</li></ul>
VB	成人Bコース Volwassene pakket B	<ul style="list-style-type: none"><li>● 成人Aコースの内容に加えて、血液検査がより詳細な内容になります。メタボリックシンドロームや、肝機能・腎機能・耐糖能・貧血など、これまでの健診で異常所見を指摘された方にお勧めのコースです。</li><li>● 聴力検査が含まれます。</li></ul>
KA	小児Aコース (2~5歳) Kinderpakket A (2 - 5 jaar)	<ul style="list-style-type: none"><li>● 2歳~5歳の幼児向けコースです。</li><li>● 身体計測と診察を行い、成長を評価します。</li><li>● 診察時、保護者の方に同席いただき、健康問題について医師と話し合うことが来ます。</li></ul>
KB	小児Bコース (6歳~12歳) Kinderpakket B (6 - 12 jaar)	<ul style="list-style-type: none"><li>● 6歳~12歳の学童向けコースです。</li><li>● 小児Aコースの内容に加え、尿検査及び、学業に影響を及ぼしやすい視力検査（年齢的に検査可能な場合）、色覚検査を行います。</li></ul>
KC	小児Cコース (13歳~18歳) Kinderpakket C (13 - 18 jaar)	<ul style="list-style-type: none"><li>● 13歳~18歳向けコースです。</li><li>● 小児Bコースの内容に加え、血圧測定、聴力検査、血液一般検査と空腹時血糖測定を行い、貧血や耐糖能の評価を行います。</li><li>● 色覚検査は希望者のみ行います。</li></ul>

◎オプション検査 Optionele onderzoeken (健診当日に施行可能)

O1	女性腫瘍マーカー:CA125 Tumormarker vrouw:CA125 ※血液検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>近年増加傾向にあり、症状がないため早期発見が難しい卵巣がんのスクリーニング検査です。</li> </ul>
O2	男性腫瘍マーカー:PSA Tumormarker man:PSA ※血液検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>年齢と共に増加する前立腺がんのスクリーニング検査です</li> <li>50歳以上の男性に強く勧められます。</li> </ul>
O3	感染症セット Infectiepakket ※血液検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>初感染時に無症候性で気づかないことも多い、HIVと梅毒検査のセットです。</li> <li>ロシアなど、一部の国では渡航目的によって、ビザ申請時にHIV検査が義務付けられています。</li> </ul>
O4	膠原病・関節リウマチ Reuma / collageenziekte ※血液検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>リウマチ因子とCRPによる炎症反応の有無を調べます。</li> <li>関節痛のある方に勧められるセットです。</li> </ul>
O5	子宮頸ガン検査(細胞診) Uitstrijkje	<ul style="list-style-type: none"> <li>子宮頸がんのスクリーニングテストです。若年者の子宮頸がんの増加により、20歳より検診を受けることが推奨されています。</li> <li>不正出血のある方に、強く勧められます。</li> <li>子宮頸がんの原因となる、ハイリスク/ローリスクヒトパピローマウィルス各型のPCRスクリーニング検査を行い、婦人科精査の必要性を判定します。</li> </ul>
O6	更年期コース Pakket Vrouwen in de overgang ※血液検査・質問票	<ul style="list-style-type: none"> <li>閉経前後(45歳～55歳くらい)の女性が対象です</li> <li>血中の女性ホルモンと卵巣刺激ホルモンの測定を行います。</li> <li>更年期障害質問票や日常生活の出来事に関する質問票を用いて、更年期症状と、症状への影響の大きい精神的ストレスの評価を行います。</li> </ul>
O7	甲状腺機能 Schilddklier functie ※血液検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>甲状腺機能亢進では、動悸、頻脈、倦怠感、体重減少等、機能低下では、疲労・倦怠感、筋肉痛、貧血などの症状が現れますが、体調不良として見過ごされがちです。</li> <li>上記症状がある方に検査をお勧めします。</li> </ul>
O8	聴力検査 (限界聴力500Hz, 1000Hz, 2000Hz, 4000Hz) Uitgebreid onderzoek gehoor	<ul style="list-style-type: none"> <li>500ヘルツ低音から4000ヘルツの高音まで、段階的に聞こえる音の限界を調べます。</li> <li>日常生活で聴力低下の自覚がある方や、めまいなどの耳の症状のある方にお勧めします。</li> </ul>
O9	胃ABC検診(血清ペプシノゲン/Hピロリ抗体) Maag onderzoek (Serum pepsinogen & H.pylori-Ab) ※血液検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>胃がん発生の下地となる胃粘膜萎縮の程度を反映する血中のペプシノゲン、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の主な原因となるヘリコバクター・ピロリ抗体検査で胃がんリスクを高めるピロリ菌の感染の有無を調べます。二つの検査を組み合わせることで、胃がんなどのリスクを判定する検査です。</li> <li>明らかな上部消化管症状のある方、消化性潰瘍の治療中の方、胃切除後、ピロリ菌除菌後の方は、内視鏡検査をお勧めします。</li> </ul>

◎病院オプション検査 Aanvullende ziekenhuisonderzoeken

※ ご相談の上、病院・眼科の検査予約をお取りします。

※ 眼科健診は一般診療扱いとなり、眼科でのお支払い手続きが必要です。

H1	胸部X線 X Thorax	<ul style="list-style-type: none"> <li>心臓や肺の大きさや、肺炎、腫瘍等の病変を、X線画像で調べる検査です。胸部正面撮影を、放射線専門医が読影・判定します。喫煙者・長く続く咳や痰等の呼吸器症状がある方にお勧めします</li> </ul>
H2	胃内視鏡検査 Gastroscoopie	<ul style="list-style-type: none"> <li>胃カメラによる、食道・胃・十二指腸の粘膜病変を調べる検査です。</li> <li>心窩部痛、食欲不振、食後不快感などの、上腹部症状のある方及び、以前の健診で萎縮性胃炎等の、胃がん発生リスクが高い病変を指摘された方に勧められます。</li> <li>検査前にスプレーによる喉の局所麻酔を行います</li> </ul>
H3	腹部エコー検査 Echo Abdomen	<ul style="list-style-type: none"> <li>超音波検査で、肝、胆道系、腎、膵臓、脾臓、腹部血管、腹部リンパ節のスクリーニングを行います。</li> <li>以前の健診や超音波検査で、上記臓器に異常所見を指摘された方、血液検査で肝胆道・腎機能の異常を指摘された方に勧められます。</li> </ul>
H4	マンモグラフィー Mammografie  (乳腺エコー) Echo Mamma	<ul style="list-style-type: none"> <li>乳がんは近年日本でも増加傾向にあり、40歳以上の女性に2年に1回の検診が勧められています。</li> <li>自分で乳房のしこりを自覚された方や、診察時の乳房触診で異常所見が見つかった方にも、マンモグラフィーによる検査をお勧めします。</li> <li>乳腺エコーは原則として、(検査担当医師の判断で)マンモグラフィーと併用して行われます。</li> <li>マンモグラフィー検査の際、検査医師の判断で当日、乳腺エコーが追加検査されることがあります。(エコー後、更に生検による精査が必要な場合もございます。この場合は、後日改めて一般診療として、ホームドクターの紹介の上で保険適用で乳房エコーと生検を行ってください。)</li> </ul>
H5	骨密度測定 Meting botdichtheid	<ul style="list-style-type: none"> <li>将来の骨折を防ぐために、骨密度を知り、骨粗しょう症の予防を行うことが重要です。</li> <li>50歳以上で、閉経後の女性、骨折の既往や骨折の家族歴、習慣的飲酒や喫煙などの、骨折リスクの高い方に勧められます。</li> </ul>
H6	眼科健診 Optalmoloog keuring  ※一般診療扱い	<ul style="list-style-type: none"> <li>眼圧、視力、眼底検査、細隙灯検査にて、中高年より増える、緑内障、加齢黄斑変性症、白内障などの目の病気をスクリーニングします。</li> <li>眼科クリニックで行うため、異常が見つかった場合、速やかに治療を開始できます。</li> <li>40歳以上の方、及び眼の症状のある方にお勧めです。</li> </ul>