

14 骨塩定量測定



骨粗しょう症の有無を調べるこの検査は初体験。機械に腕を入れてしばしじっとしているだけであっけなく検査終了。痛みや違和感もまったくない。

13 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、吐いたりを繰り返す。思いっきり息をするって結構パワーがいる。今日最も体力を使った検査だった。

12 胸部レントゲン

呼吸器疾患や心臓・大動脈の形が観察できるそう。「妊娠の可能性はないですね？」と直前に念押しされてから撮影。技師の方が女性なのも安心できる。



15 マンモグラフィー



乳がん検診に必須のマンモグラフィーにも初挑戦。「ちゃんとはさめるかな？」なんて思っていたけれど、二方向からはさめて、思ったほど痛くもなかった！

16 婦人科診察

子宮頸がん検査

17 乳腺・甲状腺・子宮・卵巣の超音波検査

女性特有の病気ももれなくチェック。通常の会社の健康診断には含まれない項目だから、自己管理が必要。すべて女性スタッフが対応してくれるのも心強い。



19 内科診察



最後に内科で診察を受けながら、すでに結果の出ている項目について解説してもらう。女医さんが丁寧に説明してくれるから、疑問点も質問しやすかった。

18 胃内視鏡検査(胃カメラ)



鼻から入れるタイプと喉から入れるタイプの2種類あり、私は鼻から。正直怖かったけれど、カメラも細く、想像したほどのキツさも吐き気もなくしてホッとした。

20 ランチ



人間ドック(胃の検査込)の後は、5階ラウンジでランチのサービス。スモークチキンをメインに、季節の野菜とフルーツ、全粒粉のパンを用いたヘルシーなメニューは、デザートまで付いて約500キロカロリー!!

※各検査項目の順序は、検査日の状況によって前後します。

FINISH!!

約2~3週間後

「ドック結果通知書」が郵送されてくる。検査結果を総合して、医師や保健師からのアドバイスが付いているので、しっかり読んで、今後の健康管理に役立てよう!

★ 体験者の感想 ★

今回の結果は特に異常なしで、ひと安心。35歳という節目の年に人間ドックを受けたことで、自分のカラダについてきちんと考える機会が持てたことが何よりも良かったと思います。今後も年に一度は定期検診を受けるようにします!



人間ドックは火~土曜の午前中より受付。月曜午後はレディースドックのみ実施。基本的に女性専用、毎月第1木曜・第3火曜のみ男性日。

【取材・撮影協力】
人間ドック ウェルライフ
鹿児島市新屋敷町26-13
さがらバース通りクリニック7F
☎099(239)5366 (受付)
☎099(224)1816 (予約専用)
🕒9:00~17:00 (土曜~12:00)
<http://www.sagara.or.jp>

初めての

人間ドック体験レポート

「“人間ドック”って聞いたことはあるけれど、一体何をやるの?」。こんな疑問を抱えたまま、検診を躊躇しているLEAP読者も多いのでは。そこで今回は知られざる人間ドックの現場に潜入取材を敢行! その全貌をレポートします。



体験者 新谷夕紀さん
会社員 35歳

「これまで何となく先送りしていた人間ドック。今のところ特にカラダの不調は感じていないけれど、最近仕事も忙しいし、これから結婚・出産も経験したい。この機会に全身をくまなく調べて、新しい年を気持ちよく迎えよう!」

STEP 1 人間ドック(病院)選び

《私の条件》

1. 自宅、職場に近い鹿児島市内の病院
2. 日帰りドック(できれば半日で終わるところ)
3. 乳がんなどの女性検診にも対応している
4. 結果説明などのアフターフォローが万全である
5. できれば女性スタッフが対応してくれるところ

まずはインターネットや知人の口コミから情報収集。検討の結果、上記の条件と一致した、鹿児島市新屋敷町のさがらバース通りクリニック7F「人間ドック ウェルライフ」に決定! 善は急げと早速予約。

STEP 2 検診コース選び

親切な受付の方に尋ねてみると、健康診断レベルの基本健診からレディースドック、オプションまでコースは自由に選択可能。なかには健康保険から補助が出るものもあるらしい。私は総合的な人間ドックに婦人科、乳腺科、甲状腺の女性検診が付いた「さがらオリジナル人間ドック」に決定。費用は4万9500円。私の場合、胃カメラ(+3000円)を追加したので、支払いは5万2500円でした。

STEP 3 人間ドックの準備

胃の検査がある場合は前夜9時からの飲食は禁止。当日持参するものは、事前に郵送されてきた健康調査票、健康保険被保険者証、検尿、検便2日分、コンタクトやメガネ、スリッパ。

人間ドック START!!

1 受付



こちらの受付は朝8時から。まずは健康調査表と検尿、検便を提出して、ロッカーで検査着に着替える。ホテルのようにキレイな空間だから、なんだかワクワク!

2 問診



あらかじめ記入し、持参した健康調査票を見ながらまずは問診からスタート。個別に区切られたブースで、周囲を気にせずにリラックスして話せた気がする。

- 4 視力検査
- 5 聴力検査
- 6 眼底検査
- 7 眼圧検査
- 8 血圧測定

3 身体測定

身長体重(BMI)、体脂肪、胸囲を測定。計測器に乗るだけであつという間に結果がプリントされた。全自動のシステムに時代の変化を感じたワタシ...



11 心電図



横になった状態で、手、足、胸などに機械を装着。なんだかまな板の上の鯉状態で、実験台になった気分。不整脈などの問題も特になかったみたい。

10 腹部超音波検査



肝・脾・腎・脾臓、胆嚢の形態を画面で観察するという。機械を当てる際に患部にぬるゼリーが温めてあるから、寒いこの季節でも不快感は一切なし。

9 採血



健康診断や医療の現場では欠かせない採血。血液にはカラダの情報が詰まっているらしい。苦手な人が多いと聞けるけれど、私はまったく平気でラクラク終了!