

コレステロールの話

臨床検査室長 秦 恵子

血液中の脂質（脂肪）の一つであるコレステロールについて、聞いたことがある方は多いと思いますが、今回は少し詳しくお話します。

コレステロールの中には善玉と呼ばれる「HDLコレステロール」と、悪玉と呼ばれる「LDLコレステロール」があり、LDLコレステロールは動脈硬化を促進し、HDLコレステロールは動脈硬化を抑制する役割があります。このコレステロールの数値が異常な状態を脂質異常症と言い、生活習慣病の一つです。同じく生活習慣病である高血圧・糖尿病などの複数が重なると、脳梗塞や、心疾患など重大な病気の発生がより高くなります。逆にこれらに気を付ければ、年齢を重ねても健康に過ごす事ができるでしょう。

コレステロールは「善玉・悪玉」という名前で区別されることが多く、誤解されがちですが、それぞれが高すぎても、低すぎても身体に悪影響があります。ご自身のコレステロール値を把握し、状態に合わせた食生活や生活習慣に心がけましょう。



平成29年度 第2回モニター会議報告

「健康と予防」をテーマにして、3月17日(土)に第2回モニター会議を開催しました。

最初に、当院に設置している検査機器を見ていただきながら、診療放射線技師が機器の特徴や診断内容、早期発見の重要性を説明しました。初めて目にする方も多く、機器の性能や機器を活用した健診プランについての質問が寄せられました。

会場を別館に移して、当院の健康診断の実施状況について意見交換を行いました。健康への関心はあるものの、健康診断を定期的に受けておられる方は少なく、「定期受診に併せて行う血液検査のみ」「健診で病気が見つかるのが怖い」などの声が聞かれたほか、「家族と相談して一緒に健診を受けるとお互い元気になれる」「高齢になると運転免許がない人もあり、移動手段の確保も必要」との意見がありました。さらに、健康診断を個人の自覚に任せるのではなく、『自分の身体は自分で守る』とのスローガンを掲げて、地区全体で意識の高揚を図っておられる事例の紹介もありました。

今回、いただいたご意見を参考にしながら、今後も健診メニューの充実や受診しやすい環境づくりの検討をしていきたいと思います。

3月末を持ちましてモニターの皆さまは改選となります。2年間にわたり、たくさんのご意見をいただきありがとうございました。今後も市民の皆さまの声を病院の運営に反映できるよう、積極的にモニター会議を活用していきたいと考えています。

当日のスケジュール

- ・ 検査機器の説明（CT・MRI・骨密度・マンモグラフィー）
- ・ 健康診断の紹介、意見交換

