

健診には

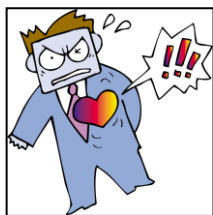
- ①不適切な生活習慣（ライフスタイル）の影響で起きたり悪くなったりする生活習慣病の有無を調べ、もしあればよい生活習慣を身に付けて、病気の悪化を防ぐように努めるためのきっかけとする（一次予防）
- ②生活習慣病やがんを早期に発見して、大事に至る前に正しい治療につなげる（二次予防）

という **2つ** の目的があります



『生活習慣病とは...』

若い頃からの良くない生活習慣、例えば食べすぎ、運動不足、喫煙、寝不足、持続的ないし断続的なストレスなどが、歳とともに体にじわじわ影響して起きる病気の総称で、高血圧、糖尿病、脂質異常症などが代表的なものです。



これらの病気の結果として起こる心筋梗塞や脳卒中は、突然起こるように見えますが、実は火山の地下に徐々にマグマが溜まって一定の圧力を超える瞬間、噴火を起こすのによく似ています。