

ハッピースマイル 2021 春号

人間ドックでわかる目の病気

2021年2月、倉敷成人病センターに新棟が完成し、アイセンターが設立されました。
新しい施設では眼科の診察から手術までが一貫して受けられるようになります。
そこで今回は人間ドックで調べることが出来る目の病気についてお伝えします。



人間ドックで行う主な目の検査

視力検査：視力の程度を調べる。
裸眼で行う検査と、視力を矯正した状態で行う検査がある。
眼圧検査：眼球に内側からかかる圧力を調べる。
眼底検査：眼球の奥にある網膜や視神経の状態を調べる。



目の検査でわかる病気

視力検査：近視、乱視
眼底検査：乳頭陥没拡大、緑内障の疑い、白内障の疑い、
眼底出血、網膜変性など
眼圧検査：緑内障、高眼圧など



主な目の病気と治療法

●緑内障●

眼圧などの影響で視神経が障害され、視野が欠けていく病気。日本における視覚障害の原因の第1位。
初期には見え方の異常に気づきにくいいため注意が必要。

<治療法>

点眼薬、レーザー治療、手術

●白内障●

目の中の水晶体が濁って見え方に支障が出る病気。加齢によるものが多い。糖尿病やアトピー性皮膚炎があると若い人にも起こる。目がかすむ、まぶしい、ぼやけて見えるなどの症状があれば要注意。

<治療法>

手術



目を守るためには、病気の**早期発見、早期治療**が大切です。
気になる目の症状がある場合や人間ドックで再検査になった場合には必ず眼科を受診しましょう。



2021年度 エム・ツー・ピー・ビー・ジー・アイ

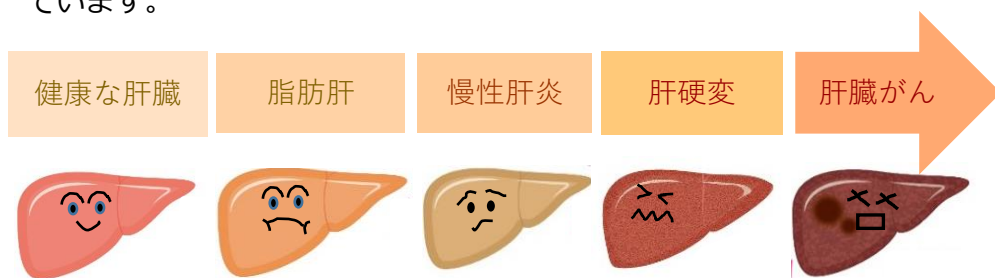
New! M2BPGi (肝線維化マーカー)
検査費用 3,300円(税込)

肝臓の線維化を知っていますか？

日本人の肝臓の病気が多いのは脂肪肝です。肝臓は“沈黙の臓器”といわれるように、脂肪肝にも自覚症状はほとんどありません。しかし、脂肪肝を放っておくと肝臓の線維化が進み、一部は肝硬変や肝臓がんを発症することがあります。

この肝臓の線維化の進行を測る血液検査がM2BPGi(肝線維化マーカー)です。

肝臓の病態把握にはこの線維化の程度を評価することも有用と考えられています。



こんな方におすすめです！

- | | |
|--|-----------------------------------|
| ☐ 肝機能の結果が悪い | ☐ 疲れやすい |
| ☐ 夜食や甘いものをよく食べる | ☐ お腹が張る |
| ☐ 運動不足 | ☐ 肥満気味である |
| ☐ 脂肪肝と言われたことがある | ☐ 足がむくんでいる |
| ☐ 体がかゆい | ☐ 手のひらが赤い |

※上記にあてはまる方は腹部超音波検査の併用をおすすめします

目に必要な
栄養を
とり入れた

ブロッコリー・人参・ツナの
かんたん和え物

材
料



ルテインとビタミンAは油と相性がいい栄養素
ツナ缶の油を上手に利用すると栄養吸収率もUP！！

作
り
方

- ①ブロッコリーは小房に分け、にんじんは薄い短冊切りにする
- ②耐熱皿に入れラップをかける
(レンジ対応保存容器の場合は蓋をずらしてのせる)
- ③電子レンジ600wで3分間加熱
- ④ツナと下記のお好みの調味料を入れて和える



調
味
料

スプーンを使って具材に合わせて分量を調整してください

酢の物	酢 3 : しょうゆ 1
和風マヨ	マヨネーズ 3 : 醤油 1 : 砂糖 1
ナムル風	中華だし 1 : ごま油 1 : ごま 2
ハパマンチーノ風	にんにく 1-7mm 5mm : しょうゆ 1 : 唐辛子 適量



倉敷成人病健診センター

〒710-0824 岡山県倉敷市白楽町282
TEL:086-427-3333 FAX:086-422-6693
<http://www.fkmc.or.jp/checkup/>

