

医務室便り

東洋大学医務室 2016年4月発行

「健康診断結果から生活を振り返ろう」

ご入学・ご進級おめでとうございます。

東洋大学では毎年4月に健康診断を行っています。健康診断は受けたら終わりではありません。現在は自覚症状がなくても、身体がサインを出していることがあります。検査値の意味を理解し、その結果を生活習慣の改善につなげてこそ、健康診断を受けた意義があります。毎年健康診断を受け、検査値の変化に注意を払い、病気の予防や早期発見に努めましょう。

身長・体重・BMI

$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$

BMI 値	18.4 以下	18.5～24.9	25 以上
判定	やせ	正常	肥満
コメント	急激に体重が減った場合、病気が隠れている可能性も。	そのままキープしましょう。	食事と運動の量とバランス考え体重減少を！

* BMI=22 前後の人が最も病気になりにくいと言われています。

血圧

収縮期(最高)血圧 140mmHg以上、拡張期(最低)血圧 90mmHg 以上を高血圧の基準として再検査の対象としています。若年者では、肥満が原因の高血圧も増えています。バランスのとれた食事をとり、適度に身体を動かし、血圧値に注意してみましょ。健康診断の結果が「C」判定だった学生はなるべく早く医務室に来室してください。

視力

裸眼視力または矯正視力を計測。視力低下で日常生活に支障のある場合は眼科医に相談しましょう。また、パソコンやスマートフォンの長時間使用などの疲れ眼に注意しましょう。



胸部レントゲン

エックス線により肺、心臓、脊椎などの異常の有無を調べます。結核、胸膜炎などもチェックします。二次検査対象の学生は必ず再検査を受けてください。

尿検査

尿中に存在する血液、たんぱく質、糖などを検査し、腎臓系や尿路系の疾患を発見します。尿検査で異常の場合は、医療機関での精査が必要です。

聴力

オーディオメーターで中・高音域(1000・4000Hz)の聴力を検査します。大きな音で音楽を聴くことは難聴の原因となりますので、注意をしましょう。



内科診察



医師が問診や聴診、触診などから心臓や肺の他、結膜貧血、甲状腺、頸部リンパ節などの病気の有無を調べます。治療を継続中の人や、経過観察中の疾患がある場合には医務室に来室してください。

医務室から学生の皆さんへ

○健康診断受診結果について

定期健康診断の結果は登録住所に郵送されます。結果通知を必ず読み、記載されている指示に従って必ず所属キャンパス医務室に来室してください。

○健康診断証明書の発行について

平成28年度定期健康診断を受けた方で、健康上問題の無い方は健康診断証明書の発行が可能です。自動証明書発行機で発行できない場合は、医務室まで来室してください。例年5月上旬頃に自動証明書発行機(1部100円)で取得できます。

○注意！

定期健康診断を受けなかった場合は、その年度の健康診断証明書は発行されません。また、前年度の健康診断証明書も発行できません。



自分の健康管理のために、毎年健診を受けましょう。