年代別 受けたい検診(健診)

年代別 検診(健診)のめやす

10代	・定期健診
20代	・定期健診 ・子宮がん検診(子宮頸がん検診) ※乳がん検診(乳がんのリスクが高い人)
30代	・定期健診 ・子宮がん検診(子宮頸がん検診) ・乳がん検診
40代～	・特定健診 ・子宮がん検診(子宮頸がん検診) ・乳がん検診 ・大腸がん検診・肺がん検診・胃がん検診など

★年に1回は「定期健診」または「特定健診」を必ず受けましょう。

「定期健診」は基本的な健康チェックです。毎年受けることで体の変化がわかり、病気の予防や早期発見につながります。

40歳からは「特定健診」を必ず受けましょう。

特定健診は、動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中のリスクを高める

「メタボリックシンドローム(メタボ)」の該当者と予備軍の抽出を目的とした健診です。

女性は閉経前になると女性ホルモンの分泌量が減り、メタボリスクが高まります。

「メタボは無縁」なんて油断は禁物です。