

5月のコラム～健康診断を受けて～

この3月に受けた健康診断で、初めて「要精密検査」という項目がある結果もらいました。それも2つ。長年全ての項目が「正常値」に入っており、健康体だと思っていたのに・・・寄る年波には勝てないものですね。

友人の医師に紹介状を書いてもらい、近くの神戸大学付属病院へ。CTと血液検査をしましたが、特に治療が必要な状態でなく、様子を見て1か月後にもう一度検査。2度目のCTで、すい臓に何かあるようとのことで今度は、お腹のエコーを撮ることに。合わせてもう一つの「要検査」であった血小板の数値増加の診察で血液内科へ。血液内科という診療科があるのも初めて知りました。丁寧に色々教えてください、ちょっと物知りに。今は血液で遺伝子レベルの検査ができる90%の確率でがんなどの病気もわかるのだとか（特定のです）。血液を造っている骨髄の寿命は50年だそうで、今はロスタイル。機能の低下により、少しずつ血液の遺伝子に異常が起こっていることもあるそうです。

念のためということで、なんだかだと検査や診察がどんどん増えていき4月5月と各3回も通院することになりました。病院に行くことが少ない私は、医療費にもびっくり！結構高いのですね。糖尿病で高血圧の知人にその話をしたら毎月2万円くらい医療費がかかっているとか。年24万円！？そうか！健康状態を保ったら、その分ダイビングにかなり行けるな。病院で待つ時間ももったいないし。ストレッチ、食事の配慮しっかり続けよう！筋トレ、ウォーキングの機会も増やすなくては、と変にモチベーションが上がりました。

企業でも「健康経営」が注目されていますが、組織診断やモラールサーベイ、ハラスマント状況アンケート、ストレスチェック等様々な機会があります。問題が起こってからでは、経費や時間の負担が大きくなります。定期的に現状確認を行い、防止対策に力を入れてパフォーマンスを上げるのが得策。採用時も、人材難だと不安要素があってもやむなく採用を決定してしまいかがちですが、適正検査や健康状態の確認、納得いくまでの質問など、最初の手間を省かないことが肝心です。

また、検査だけでもこれだけ大変なら仕事の都合で検査や治療を中断せざるえない人もおられるだろうなとも思います。通院のための「病気休暇」や傷病時に使える「未消化の年次有給休暇の積立制度」などの整備の必要性を感じました。

2022年5月 水田かほる