

人間ドックの結果を調べる



「人間ドック」とは、短期間に集中して行う全身の総合的な健康診断のことを言います。航海を終えた船舶がエンジンや船体の異常をチェックし、必要な修理を受ける「船舶 dock(ドック)」を語源としています。

定期的に人間ドックを受けることで、病気の早期発見に役立て、現在の健康状態を把握し健康増進策を具体的に立てることができますが、検査値をどう読みとったらいいかなど、とまどうこともあるのではないのでしょうか。そんな時に役に立つ資料を紹介します。

◇分類:492.1 診断学、臨床検査法 (A4) *()内は本棚の番号です。

◇キーワード:人間ドック、検査値、臨床検査法、健康診断、検診など

※【 】内は、ある場所:ラベルの番号です。

1. 図書館で調べる

①人間ドックについて書かれた図書

・『人間ドックの作法』(森勇磨／著 中央公論新社 2023)【一般1階:492.1／モ】

序章と第1章で人間ドックとは何か、人間ドックに対する心構えや必要な費用などについてまとめられています。

第2章と第3章では、各検査項目の概要、受けるべき検査、検査結果の見方などを解説し、第5章では生活習慣を改善する方法を紹介しています。巻末に検査項目別チェックポイントの一覧がついています。

・『健診・人間ドックハンドブック 改訂7版』(中外医学社 2022)【電子書籍:492.1／モ】

健診実施対象施設の職員向けに書かれた、やや専門的な内容になっています。生活習慣病の一次予防・二次予防に重点を置いて効果的な総合健診がなされるよう、生活習慣病の予防、健診所見の読み方と対応、サプリメントの知識等を紹介したハンドブックです。感染対策や在宅勤務に関する項目が新たに設けられています。

②検査項目や検査値について書かれた図書

・『からだの検査数値 改訂第2版』(ニュートンプレス 2022)【一般1階:492.1／カ】

健康診断の検査結果の読み方、検査でわかる病気、生活習慣病の脅威や、予防と治療の基本などについて解説されています。抗加齢医学や睡眠と生活習慣病との関係なども掲載されています。

・『エビデンスに基づく検査データ活用マニュアル 改訂第3版』

(下正宗／編 学研メディカル秀潤社 2020)【一般1階:492.1／エ】

主要疾患ごとに、どのような検査を選択し、ケアに生かしていくかをフローチャートと共に解説しています。PCR 検査など遺伝子関係の検査項目も多数収録されています。

・『最新健康診断と検査がすべてわかる本 改訂新版』(矢富裕, 野田光彦／編著 時事通信出版局 2024)
【一般1階:492.1／サ】

健康診断や人間ドックで受ける検査のほか、からだの不調で病院や診療所を受診した際に受ける検査を取り上げ、検査でわかること・基準値・結果の受け止め方などを簡潔に解説しています。

・『検査値の読み方・考え方 第3版』(西崎統／[ほか]編 総合医学社 2021)【健康医療:492.1／ケ】
【電子書籍もあります】

日常診療に頻繁に利用されている検査項目を、コンパクトに掲載しています。検査の意義、異常値を示す疾患と病態、他の検査との関係など分かりやすく解説されており、臨床に役立つ知識も掲載されています。

・『臨床検査データブック 2023-2024』(医学書院 2023)【一般1階:492.1／リ】
【貸出できません】
“考える検査”をサポートするデータの読み方・使い方マニュアルです。「日本人小児の臨床検査基準値」や、「検査値に影響を及ぼす薬剤一覧」なども収録されています。

③データベースを活用する

・特定非営利活動法人 医学中央雑誌刊行会 「医中誌Web」

国内で発行された医学関係の論文情報を検索できます。1階または2階のデータベース専用端末にて利用できますので、ご利用の際は第2または第3カウンターにお申出ください。

2. インターネットで調べる

・公益社団法人 日本人間ドック・予防医療学会 (<https://www.ningen-dock.jp/>)

人間ドック健診専門医一覧や施設一覧を参照できます。＜一般のみなさまへ＞では「人間ドック Q&A」や「人間ドック検査項目(検査メニュー)」、「検査票の見方」などが分かりやすくまとめられています。

・一般社団法人 日本臨床検査医学会 (<https://www.jslm.org/books/guideline/index.html>)

「検査データの読み方と考え方」など、『臨床検査のガイドライン JSLM2021』に掲載されている9項目について、PDF 公開されています(印刷はできません)。また、『臨床検査のガイドライン JSLM2018』以前のもは、無償ダウンロード(印刷可)できます。それぞれの検査をどのような時に行なうかといった説明から、検査項目と基準値、検査およびデータ解釈の注意点、専門医にコンサルテーションするポイント、考えられる疾患・病態、参考文献などがわかりやすくまとめられています。

・一般財団法人 日本予防医学協会 (<https://www.jpml1960.org/jushinsya/>)

＜受診者の皆さまへ＞のページがあり、健康診断の受診(予定)者を対象に健康診断に関する情報を提供しています。健康診断におけるよくある質問や検査結果の見方が掲載されています。「二次検査フォロー」では、一次健診受診後に医療機関を紹介するサービスの内容や申し込みの流れなどが掲載されています。

(URL 確認:2025 年 3 月)

◇詳しいことは、カウンターでおたずねください。

岐阜県・新聞・地図関係→第3カウンター(2階)

児童書→第1(児童)カウンター その他→第2カウンター(1階)

岐阜県図書館

〒500-8368 岐阜市宇佐4-2-1

電話: 058-275-5111 Fax: 058-275-5115

URL : <https://www.library.pref.gifu.lg.jp/>