

健診後の「精密検査」受けていますか？

健康経営事業所の認定項目の一つである「健康診断受診・結果把握」・・・その結果をみなさんはどうしていますか？今回は「要精密検査」「要治療」のお知らせをもらったときの対応をご案内します。

不調を感じない「無症状」や自分なりの経験に基づく「過信」、仕事を理由にする「多忙」、悪い結果だったらという「不安」など、受診しない理由は人によって様々ですが、**健診後の行動が健康を守る鍵**です。健康に働き続けるために、健診結果をしっかりと受けとめ、再検査などを受けて、生活習慣を改善しましょう！



★「要精密検査」のお知らせをもらった！

治療が必要な病気が隠れているかどうか確認するために、より詳しい検査が必要な状況です。精密検査の結果、何もなければひと安心、問題があっても早期治療を開始することができます。ぜひ受診しましょう。

★「要治療」のお知らせをもらった！

脂質異常や高血圧を放置する人が多くなっています。要治療の健診結果や健保組合からの受診勧奨のお知らせをもらったなら、必ず医療機関を受診しましょう。早めに治療を開始すれば、重症化を防ぐことができますし、軽症の場合は薬を飲まなくても済むことがあります。

すぐに！
治療を開始
しましょう

会社が費用負担する健康診断で再検査・精密検査の通知が出た場合、その費用負担については会社によって対応が分かれます。自社の制度を確認してみると、負担が軽減されるかもしれません。

医療機関では感染症対策に留意しています。我慢せず、必要な人は受診してください。

健康経営サポートニュース令和3年2月号では、「要再検査」の対応や、健康経営認定事業所の**受診勧奨の好例**などをご紹介します！お楽しみに。

密閉にならない効果的な換気方法

暖房の季節がやってきました。換気を効果的に行って、職場での新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止しましょう。**注意！一般的なエアコンでは換気は行われません！**

★窓をあける

- ・1時間に5～10分程度窓を開けてこまめに換気する。
- ・空気の通り道をつくる。
- ・1カ所の窓だけではなく対角線に2カ所開ける。
- ・窓が1カ所しかない場合は扇風機を窓に向けて、外に空気を流す。
- ・台所の換気扇を常時つける。

★24時間換気システムをきちんと使う

- ・スイッチが入っているか確認する。
- ・フィルターや熱交換器の目詰まりを確認し、清掃する。

※建築基準法により2003年7月以降に建てられた建築物には24時間換気システムが設置されています。

