



健康檢查與身體保健

◎桃園長庚健診中心主任 柯毓賢

現代醫療與公共衛生的進步已大大地改善人們的健康狀態，不管是疾病的預防、診斷與治療，很多從前束手無策的急性疾病，特別是感染性的疾病，目前都得以控制，甚至於完全治癒。然而，隨著平均壽命的不斷增加，我們的社會已逐漸邁向高齡化，許多過去隱而不顯的健康營養議題，以及身體機能隨著老化而退化的問題就因而浮上檯面，成為每一個現代人終將面對也應該及早面對的課題。此外，這些健康問題與一般急性疾病的最大區別在於，這些健康問題通常在早期是沒有症狀的，或者是症狀輕微，因而常常會被忽略而未注意到，等症狀一緩解，就以為身體好了，因而錯失早期診斷早期治療的機會。

本期封面故事專輯所介紹的幾個健康問題均有上述的特性。就心血管疾病而言，除了抽菸及肥胖之外，其他的危險因子如高血壓、糖尿病及高血脂症等，如果不靠檢驗檢查幾乎無從得知，錯失早期預防的機會；其相關的血管硬化及心腦腎等器官病變，也常在病徵一旦發作後就已經非常嚴重。同樣的，不管是早期的癌症、骨質疏鬆症，或

者是甲狀腺功能低下，在疾病早期也都同樣地具有症候潛伏，常需靠檢驗及檢查來早期偵測進而早期治療的特性。而睡眠呼吸中止症及過敏症的表徵，更可能被一般人以為是生活中一般常見的現象，而未加以注意，但其實可能隱含潛在病情而需要進一步深入診斷治療的必要。

希望透過本專輯多篇文章的介紹，特別是中老年人更要重視的健康議題之探討，可以引起讀者對自己身心健康狀況的持續關注，希望大家都能夠充分了解，早期保養、早期預防、常保健康促進，即使有什麼問題，也能夠早期偵測、早期診斷、早期控制治療。☺



▲桃園分院健診中心團隊以最專業、親切的態度竭誠為大家服務