

簡単な検査で自分の体の状態が分かる

# 話題のサプリメントドックで健康管理

少子高齢化が進み、予防医療に関心が高まり、人間ドックや健康診断の必要性が問われている。

そこで、今注目されているのが簡単な検査のみで自分の体の状態が分かる、アンチエイジング(抗加齢)医学から生まれた「サプリメントドック」。6月から取り組みを開始した岡山第一病院(岡山市高屋)の諸院長にお話をうかがった。



サプリメントドックの狙いについて語る  
諸國 眞太郎 岡山第一病院 院長

岡山第一病院では、これまで動脈硬化をはじめとする血管疾患に特に力を注いできた。先進施設「バスキュラーラボ(血管検査室)」導入や県内初の下肢静脈瘤の日帰り治療などだ。その経験を生かし、「治療」だけでなく病気の「予防分野」を増設できれば…とサプリメントドック開始に至ったという。

## 人間ドックとの違いは？

では人間ドックや健康診断とどう違うのか。諸院長は、「人間ドックは、がんや脳卒中などの病気の早期発見を目指す。そ

れに対し、アンチエイジング(抗加齢)医学から生まれたサプリメントドックは、そのような病気を予測し、栄養改善するための検診」と語る。最大の特徴は簡単な検査で高度な血液検査を受けることができる点だ。

## 検査は短時間。自分に必要なサプリが分かる

実際に「サプリメントドック」の検査でどこまで体内環境が分かるのだろうか？ まず検査は簡単なアンケートと採血・採尿、身体測定で所要時間は約20分程度。しか

びタミミン、ミネラルの不足を13項目にわたり調べるといふ。自分に何が必要なのかわかることができるのはもちろん、人間ドックに比べて体にかかる負担も少ない。

各検査は公的医療保険外の自由診療で、費用はびタミンドックが約2万円、サプリメントドックが約4万4千円。将来、病気になるか高い医療費がかかることを思えば、今のうちに自己流のサプリメントが本当に正しかったのかを知る目安として利用してみるのもよいかもしれない。

## 生活改善の個別アドバイスも

検査結果は約2週間自宅で郵送される。基本はセルフチェックだが、希望者にはオプションで結果に基づいて医師や看護師から個別でサプリメントの利用、食事や運動



検査後約2週間で詳細な結果が送られてくる。自分に今、何が必要かが分かりやすく解説されている。

し、通常の血液検査と違い、そこから驚くほど詳しいデータがはじき出される。老化と関係の深い体内の酸化度から、動脈硬化、貧血、NK細胞、免疫バランスなど全66項目。もう一つの「びタミンドック」ではコレステロール、血糖、肝機能など15の一般検査項目と

で終わらない所だ。「医者がやめるよう言った所で、好きなものはなかなかめられないものです」と諸院長は笑顔で話す。あくまで個人の価値観を大切にしながら改善策を提示するよう心がけているという。

また、サプリメントドックの源流となるアンチエイジング医学はまだ歴史の浅い分野で研究の余地も大きいといわれる。その活動はまだまだ首都圏が中心となっているが、その中で諸院長は今年6月に発足した県内発信の瀬戸内抗加齢医学研究会の設立に積極的に関わっている。院長は最後にサプリメントドックについて「健康に関心を持つ方はもちろん、多くの方に利用していただきたい。われわれもできるだけ分かりやすく情報を提示していきたい」と今後の抱負を語った。

## 取材協力

医療法人 操仁会  
**岡山第一病院**

岡山市高屋343 tel.086-272-4088  
mail info@okayama-daiichi.jp  
URL http://www.okayama-daiichi.jp