



アメリカ医療のトリセツ

取扱説明書



渡米してすぐの方も、長年こちらに住んでいる方も、米国医療に関することになると「よくわからない」「もっと知りたい」と感じている方も多いのではないのでしょうか。そこで、ミシガン大学の家庭医学科の先生方に医療に関する様々なトピックについてまとめていただき、連載でご紹介します。

Vol. 17

日本とアメリカの健康診断（ヘルスマンテナンス）の比較

健康診断と聞いてどのようなものを思い浮かべますか？ 健康診断、人間ドック、ヘルスマンテナンス、等の様々な言葉があって分かりにくいと思います。今回は、それらについて日米の比較を交えながら解説します。なお、今回は成人（18歳以上）の健康診断の内容です。

健康診断とは ▶▶▶ 健康診断は、英語ではヘルスマンテナンス（Health Maintenance Exam）と言いますが、Annual Check-up、Annual physicalなどとも呼ばれます。主には1年に1回、症状がなくても医療機関を受診して問診・診察や検査を行う予防医療のことです。いわゆる、症状が出る前に早期発見、早期治療しようという目的があります。例えば、何か持病があり定期受診をする場合は、健康診断とは呼びません。また、健康診断は「健診」と略語で使われたりもします。

◆ 日本の健康診断

日本では、アメリカとは異なり、歴史的には予防接種やがん検診などの予防的な医療、いわゆるヘルスマンテナンスは、医療保険ではカバーされず、地方自治体の保健所で行われてきました。最近では診療所で検診を受けることもできますが、本来は自治体主導で行われています。保健所では、厚生労働省が推奨するがん検診やワクチンを無料で受けられます。

1. 健康診断の会社義務

日本では、労働安全衛生法によって事業者（会社）は、労働者（従業員）に対して健康診断を行う義務があります。その内容は細かく規定されていますが、会社によって独自の内容を設けている場合も多くあります。従って、会社の従業員は、会社もしくは国の規定に則って決められた健康診断の項目を半年～1年に1回受けるというのが一般的です。雇用されている従業員は保健所の案内の期日に行くことが困難だという配慮かもしれません。

2. 人間ドックとは

人間ドックとは、医療保険を使わず自由診療で行う健康診断のことで、その範囲は多岐にわたります。自由診療なので、上記の健康診断とは異なり、病院やクリニックはパッケージのような形で検査内容と料金設定を行い患者さんを選んでもらうといった形を取っています。検査内容が幅広く、また医学的根拠に基づいてというよりは、患者さんが金額や病気への心配の程度を加味して自分で内容を選んでいくので、患者さん自身は自分が何を受けたら良いか分からないといった側面もありますし、追加すればするほど自己負担が増えていきます。会社の健診で、人間ドックのように、項目を増やせる場合もあります。

3. アメリカ駐在中の健康診断

では、アメリカにある日系の会社に駐在で来ている方々とその家族はどうでしょうか。実は労働安全衛生法によって6ヶ月以上海外で仕事する場合は日本出国前と日本への帰国後に健康診断を受ける決まりはありますが、出国中（アメリカ駐在中）の健康診断においては特に義務規定は見つかりませんでした。従って、日本で働いていた時と同じ内容の健康診断を受けさせるか、アメリカの健康診断を受けさせるかは会社の方針次第ということになります。その会社の方針で、アメリカ駐在中も、日本の時と同じ内容の健康診断を受けると決めている場合は、下記の選択肢が考えられます。

① 日本へ一時帰国時に日本の健康診断を受ける

② アメリカで日本の健康診断を受けられる医療機関で受ける

後述しますが、アメリカの健康診断は、上記の「日本の健康診断」の内容とは異なります。そのため、アメリカの健康診断と区別する上でも、多くのアメリカの日系医療機関は、敢えてこれを「人間ドック」という呼び方をしていますが、内容としては、労働安全衛生法による日本の健康診断に近いものと言えます。

アメリカでその人間ドックを受けようとしても、アメリカの保険ではほとんどカバーされず、通常のアメリカの医療機関では受けることができません。ただ、ミシガン州のように日本人の多い地域では、例えば、ミシガン大学家庭医療科の日本家庭健康プログラムのように日本人向けの人間ドックを予め用意している医療機関もあるので、そういったところであればアメリカで受けることも可能です。

③ 駐在員の家族の健康診断

駐在員について家族が海外滞在をするにあたり、日本の保健所に行くことはできなくなるため、日本式の健康診断を薦める会社は、その配偶者や子供の健康診断も日本式の会社の健康診断に似た形を薦めることが多いです。

4. 健康診断の費用

人間ドックを含めた日本の健康診断は、保健所で行うもの以外は、日本でもアメリカでも基本自費です。前述した通り日本からの駐在の方々が会社の指示で人間ドックを受ける場合は、会社に支払ってもらうことが多いですので、会社に確認は必要です。

◆ アメリカの健康診断（ヘルスマンテナンス）

1. アメリカでの通常の健康診断の受け方

アメリカ人や日本人でも現地採用の方々やその家族は「通常の健康診断」をどのように受けているのでしょうか。通常アメリカでは、1年に1回、症状がなくてもかかりつけ医を受診して、患者さんの年齢やリスク、診察所見などを考慮して医学的に根拠（エビデンス）のある検査などを行います。なので、日本のように検査項目が決まっておらず、一人ひとり内容が異なります。例えば、同じ年齢・性別の方であっても、「喫煙しているので肺がん検診を勧められる」「家族歴があるので乳癌検診を30代から勧められる」などです。なお、かかりつけ医は家庭医や内科医、産婦人科医などが担います。

2. 健康診断の内容

前述した通り、一人ひとり内容は異なります。ただ、問診、診察、生活習慣病関連の検査（血圧測定、採血など）、癌検診など、人間ドック（日本の健康診断）に似ている箇所もあります。しかし、症状がなければ心電図、尿検査やレントゲンも通常行いませんし、採血の検査項目も日本の健康診断に比べるとかなり少ないです。また、日本では一般的には50歳から推奨される胃がん検診（バリウムや胃カメラ）もアメリカでそもそも健康診断としては行いませんし、超音波検査（エコー）も症状や検査異常がない限りは行いません。アメリカはなるべく検査をしないという訳ではなく、症状やリスクがあればそれぞれに応じた必要な診察・検査・治療を行うオーダーメイドな健康診断なのです。また、たくさん検査した方が良いという印象をお持ちの方もいらっしゃいますが、医学的に根拠の乏しい検査をたくさん行うと不要な検査が増えてしまい、結果患者さんが大変な思いをされる場合があります。

逆に、人間ドックでは余り重要視されない予防接種や生活指導はアメリカの検診では、とても大切です。

3. 健康診断の費用

アメリカの健康診断は多くの場合、健康保険でカバーされる事が多いですが、お持ちの保険の内容によるので確認が必要です。保険会社は、被保険者（患者さん）に定期的な健康診断を推奨しているので、自己負担（Co-pay）も通常よりも安い事があります。

以上、日米の健康診断の違いについて解説してきましたが、日本の法律や日米の検査の推奨の違いなど、様々な要因が絡み合っているので分かりにくくなっています。ただ、今回の内容は予約の際などに便利なので大まかに理解し、かかりつけ医を受診して健康診断を受け、健康維持をしましょう。



筆者プロフィール:

医師 若井俊明 (わかいとしあき)

ミシガン大学医学部 家庭医学科助教授

弘前大学医学部卒業後、手稲溪仁会病院内科研修修了、University of Pittsburgh Medical Center Shadyside 家庭医療研修修了後より静岡家庭医養成プログラム指導医、健康会おおさきクリニック院長、2017年よりミシガン大学日本家庭健康プログラムで診療。現在、ミシガン大学家庭医学科リボニアヘルスセンターの外来で幅広い診療を行っている。