

基因檢查： 讓健康檢查更貼近個人未來的需求

隨著健康意識的提升，「健康檢查」的角色也正在悄悄改變，不再只是為了找出身體是否出現問題，更逐漸成為一種主動了解自身健康、預防疾病的生活習慣；近年來，基因檢測技術的發展，為健康檢查帶來了新的契機。

什麼是基因檢查？

基因是構成人體生命運作的基本單位，由去氧核糖核酸(DNA)組成，負責指導蛋白質的合成，進而影響我們的體質、代謝、乃至於罹病的風險。基因檢查是透過分析個人的DNA序列，辨識是否帶有與疾病或藥物反應相關的基因變異；常見的基因檢查技術包括：單核苷酸多型性分析、基因檢測套組、全外顯子定序以及全基因體定序等。檢體來源多為唾液或血液。

健康檢查加入基因檢查後，有什麼不同？

過去健康檢查多著重於「當下的健康狀況」，例如血壓、血脂、血糖是否在標準範圍內，器官功能是否正常，或是否已有腫瘤等病灶。這些資訊對於早期發現疾病、掌握身體警訊非常重要。

然而，基因檢查提供的是另一種角度—從遺傳層面出發，預測個體未來可能面臨的健康風險。這並非指未來一定會生病，而是讓我們提早知道有哪些潛在風險。例如，有些人可能天生對血壓、血糖變化較為敏感，也有人攜帶與乳癌、大腸癌或阿茲海默症相關的變異基因。這些資訊可協助我們提早安排適合的健康篩檢、調整生

活型態，並在必要時與醫師討論進一步的追蹤或預防措施。這種預測性與個人化的特質，正是傳統健康檢查較難實現的。基因資訊補足了傳統檢查無法預測的部分，讓健康管理從「即時監控」進化為「前瞻規劃」，更貼近個人的需求與風險輪廓。

結語

當健康檢查結合基因檢查，我們獲得的不再只是一份數據報告，而是一種更深入認識自己的方式。這樣的整合，就像在熟悉的健康地圖上，多了一些清晰的路標，讓我們能提早掌握潛在風險，從容應對、提前規劃。預防醫學已逐步走入我們的日常生活，陪伴我們朝向更健康、更安心的未來。

作者介紹

健康管理中心

吳品潔 主治醫師



【現職】

- 高雄榮總健康管理中心主治醫師
- 高雄榮總家醫部兼任主治醫師

【學歷】

- 高雄醫學大學醫學系

【專長】

- 家庭醫學
- 安寧緩和醫學
- 門診戒菸
- 居家醫療