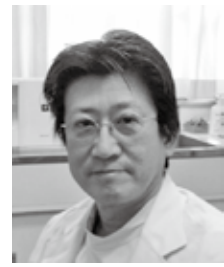


特定健康診査について



西条市医師会理事
共立病院
院長 佐藤 公平

常、または高血圧が合併した状態を指しています。

日本では糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病の患者が年々増加し、いずれも脳卒中や心筋梗塞など心血管

テレビや新聞などで「特定健康診査」とか「メタボ健診」という言葉をよく耳にすると思いますが。これは正確には「特定健康診査」といい、健康保険法の改正によって、平成20年4月より40歳から74歳の保険加入者を対象として、企業の健康保険組合や国民健康保険を運営する市区町村などに採用が義務付けられた新しい健康診査です。

西条市では、西条市国民健康保険加入者に対して実施していますので、詳細は西条市ホームページから「健康カレンダー」でご確認ください。多くの方はご存じと思いますが、「メタボ」というのはメタボリックシンドロームを略したもので、内臓脂肪型肥満と糖質や脂質などの代謝異

常、または高血圧が合併した状態を指しています。日本では糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病の患者が年々増加し、いずれも脳卒中や心筋梗塞など心血管系の病気の引き金となつていきます。また、これらの治療費合計は、現在では国民医療費のおよそ30%を占めるに至っており、総務省・統計局の死因別死亡率によれば循環器系の疾患と脳血管疾患を合わせた死亡は全体の約40%を占めています。

特定健康診査は、国民の健康を守り、ひいては医療費の伸びを押さえる目的で、メタボリックシンドローム該当者および予備群を減少させるための特定保健指導対象者を抽出するために行うものです。

特定健康診査の項目

- ◆ 問診（生活習慣、行動習慣）
- ◆ 診察（理学的所見）
- ◆ 身体計測（身長、体重、腹囲、肥満度、BMI）

- ① 血圧測定
- ② 血液検査（中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、GOT・GPT、γ-GT、P、血糖、HbA1c）
- ③ 尿糖、尿タンパク有無検査
- ④ 医師の判断で選択的に実施する項目（心電図、貧血検査、眼底検査）

検査内容には従来の健診になかった「腹囲」が追加されており、男性では85cm以上、女性では90cm以上がメタボリックシンドロームの基本要件となります。血液検査ではLDLコレステロール、HbA1c（グリコヘモグロビン）が必須項目として新たに追加され、総コレステロールが削除されています。

保健指導対象者の選定

胸部X線や喀痰検査も削除されており、「メタボ健診」と呼ばれるゆえんです。特定健康診査では、保険者はデータを一元管理し、ハイリスクのものから優先的に保健指導を行うことが求められています。この保健指導を「特定保健指導」といい、医師、保健師、管理栄養士などが実施します。

- ③ 血圧
収縮期が130mmHg以上、拡張期が85mmHg以上、または薬物治療中
- ④ 喫煙歴あり

◆ ステップ3

ステップ1、2から対象者をグループ分け

- (a) 腹囲の場合、①から④のうち、2つ以上該当で「積極的支援」、1つは「動機付け支援」を行う。
- (b) 腹囲の場合、①から④のうち、3つ以上該当で「積極的支援」、1から2つは「動機付け支援」を行う。

◆ ステップ1

腹囲とBMI（体格指数）※BMI = Body Mass Index ÷ 体重kg ÷ 身長mの2乗

- (a) 腹囲
男性85cm以上
女性90cm以上
- (b) 腹囲
男性85cm未満、女性90cm未満、かつBMIが25以上

◆ ステップ4

65歳以上75歳未満の場合は、積極的支援の対象となつても動機付け支援とする。薬物治療中の人は、医療保険者による特定保健指導対象としない。

医療機関で算定できる「技術料」の活用をすすめたものでは生活習慣病管理料、管理栄養士による外来栄養食事指導料、集団栄養食事指導料などを活用することが望ましい。

◆ ステップ2

空腹時血糖値が100mg/dl以上、HbA1cが5.2%以上、または薬物治療中

- ② 脂質
中性脂肪が150mg/dl以上、HDLが40mg/dl未満、または薬物治療中

健康な毎日を過ごせるよう、上手に制度を利用しましょう。