

# 健康問題、解決するのはあなたです

受けよう「特定健診」と「保健指導」

担当課 国保年金課健康保険係 ☎85・3582、健康増進課(保健センター) ☎85・3650

## 鳥栖市が抱える健康問題

鳥栖市は現在、2つの大きな健康にかかわる問題を抱えています。

1つは「糖尿病や高血圧などの生活習慣病が重症化して心疾患(心筋梗塞・狭心症など)や脳血管疾患(脳梗塞・脳卒中など)、人工透析導入になる人が増え続けていること」、もう1つは「そのために鳥栖市国民健康保険の医療費が増え続けていること」です。

## 「病気の重症化」と「医療費」は特定健診と密接に関係

表1は、生活習慣病が重症化して、心疾患や脳血管疾患で1カ月に200万円以上の医療費がかかった人たちの特定健診の受診状況(平成24年度)です。特定健診を受診しなかったために、病気の発見が遅れ、重症化したことがわかります。

(表1)1カ月あたりの医療費が200万円以上かかった人の特定健診受診状況

※心疾患・脳血管疾患のみ  
※平成24年度

医療費	人数	過去5年の特定健診の受診回数					
		0回	1回	2回	3回	4回	5回
500万円以上	5人	5人					
400万円台	3人	1人	2人				
300万円台	4人	3人					1人
200万円台	6人	4人	1人	1人			
計	18人	13人	3人	1人	0人	0人	1人

## 「特定健診」と「保健指導」が病気の重症化を防ぐ

表2は、平成23年度の特定健診で

(表2)平成23年度から24年度にかけて特定健診を受けた人の血圧値の変化

氏名	性別	年齢(歳台)	平成23年度の血圧		平成24年度の血圧		治療
			上	下	上	下	
Aさん	男	40	173	104	150	99	あり
Bさん	男	50	140	100	130	90	あり
Cさん	女	60	150	90	122	84	あり
Dさん	男	60	198	116	114	70	あり
Eさん	女	70	176	78	124	50	あり
Fさん	女	70	140	80	130	78	

保健師や管理栄養士による保健指導や食事指導を利用  
必要に応じて治療も始め、皆さん、改善しています

■…Ⅱ度高血圧  
■…Ⅰ度高血圧

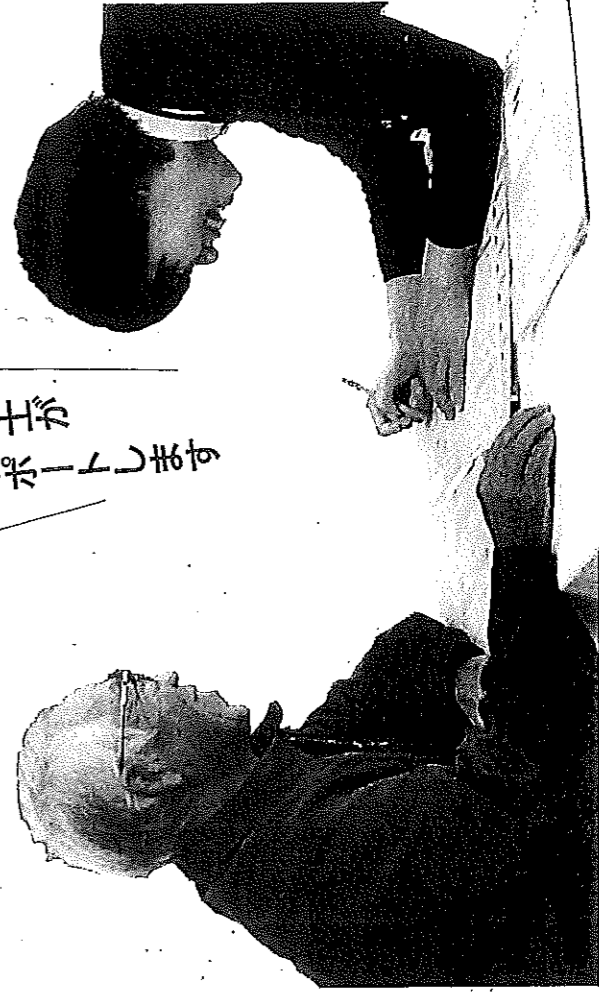
血圧が高かった人が、治療を開始したり、保健指導を受け生活習慣を改善したりしたことで翌年度には血圧値が改善したという結果です。

## だからこそ「特定健診」と「保健指導」が大切

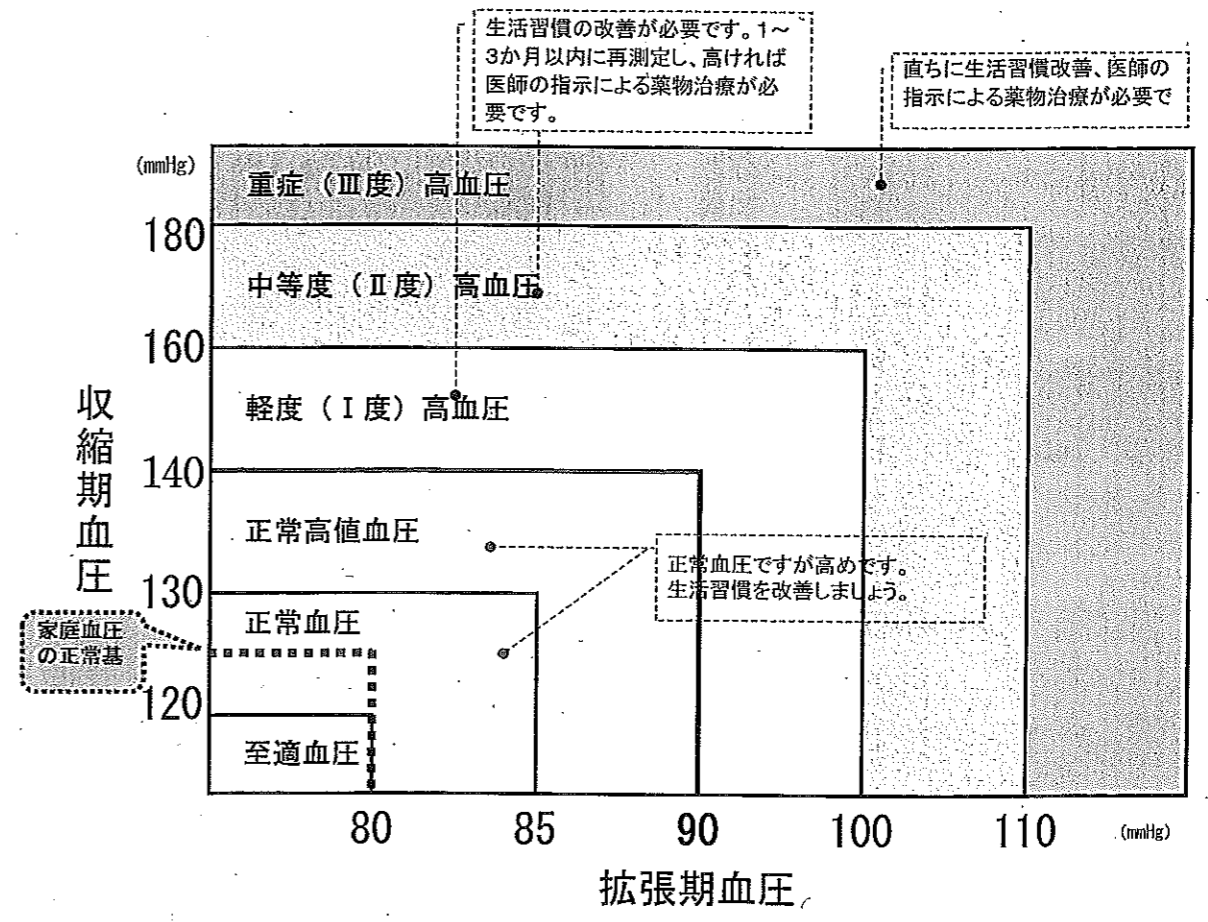
鳥栖市が抱える健康問題を解決する(生活習慣病の重症化を防ぎ、医療費を適正化する)ためには、一人一人が特定健診や保健指導を受けることが大切です。だからこそ、市職員が皆さんのお宅を訪問し、健診を勧めたり保健指導をしたりしているのです。

まずは自分の体を知るために、毎年、定期的に特定健診や職場の健康診断を受診しましょう。そして健診の結果から必要な人は、保健指導や治療を受けましょう。

保健師や管理栄養士が  
あなたの健康をサポートします



# 成人における血圧値の分類



(参考) 日本高血圧学会発行 高血圧治療ガイドライン 2009

## 1 特定健診ハイリスク対象者について

- ① 血圧  
高血圧Ⅱ度以上の人  
(収縮期血圧：160mmHg以上 または  
拡張期血圧：100mmHg以上)
- ② 血糖  
HbA1c：7.0%以上 (NGSP表示)
- ③ 腎機能  
腎臓専門医受診が必要と判定された人  
○尿蛋白2+以上  
○蛋白尿と血尿がともに陽性  
○GFR50mL/分/1.73m<sup>2</sup>未満  
(腎機能の安定した70歳以上では40mL/分/1.73m<sup>2</sup>未満)  
CKD診療ガイド2012より

## 血糖コントロール目標

目標	コントロール目標値		
	血糖正常化を目指す際の目標 <sup>注1)</sup>	合併症予防のための目標 <sup>注2)</sup>	治療強化が困難な際の目標 <sup>注3)</sup>
HbA1c(%)	6.0未満	7.0未満	8.0未満

日本糖尿病学会編2012-2013 糖尿病治療ガイドより  
※この図のHbA1cはNGSP値

## 2 平成24年度特定健診受診者からのハイリスク者保健指導の実績

実施期間：平成24年8月から平成25年7月実施

	対象者数	保健指導実施数	保健指導実施率
① 血圧	143	111	77.6%
② 血糖	85	71	83.5%
③ 腎機能	136	110	80.9%
合計(延)	364	292	80.2%