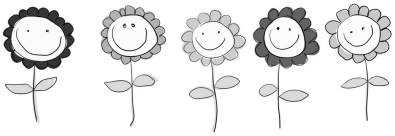
保健師・栄養士からの

へるすさぽーと №108



◇健診結果の傾向

平成30年度の健診結果からみえる特徴をまとめてみました。

・ＢＭＩ（肥満度）の有所見割合が男性、女性とも全年代で高く、脂肪の蓄積がみられます。男性は特に腹囲の有所見を合わせもつ方が多く、メタボリックシンドロームの該当者が高い傾向にあります。

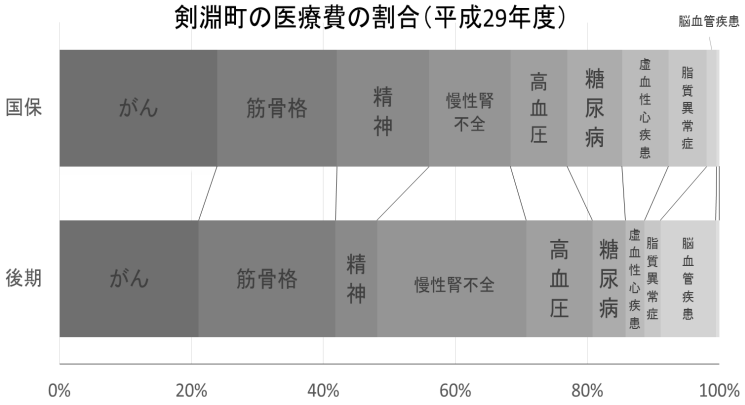
・ＨｂＡ１ｃ（糖代謝）、ＬＤＬコレステロール（動脈硬化）は男女ともに高い傾向にあります。ＬＤＬは特に女性が高い傾向にあり、半数以上の方に所見がみられます。

・ｅＧＦＲ（腎機能）の低下の割合は年代が上がるとともに増え、後期高齢者では３人に１人の割合で所見がみられます。

◇医療の傾向

医療の状況では、腎不全の割合が多く、人口に対しての人工透析者数の割合が全道でも上位にあります。また近年、心疾患（不整脈、狭心症等）の医療費の増加がみられ、外来治療費では国保、後期とも全道でも上位に入ります。

腎・心疾患ともに自覚症状が現れたときには、すでに臓器障害がおこり重症化していることが多いです。早期に兆候を見つけ、適切な治療・生活改善につなげることが重要です。



◇健診を受けましょう

高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病の悪化は心臓、脳血管、腎臓に影響を与える大きな要因になります。生活習慣病を発症させないよう、すでに治療している方はコントロールを良好に保つよう健診を受けて自分の体の状態を確認しましょう。

さらに健診を充実させるために31年度（本年度）から新たな検査項目を追加します。

《尿検査》

腎不全はクレアチニン値、ｅＧＦＲ、尿検査が検査項目となります。今までの尿検査は濃度を試験紙で判定する検査のため、脱水による濃縮や多飲による希釈の影響を受けやすい状況でした。

31年度からは、より正確な判定をするために蛋白量の実測値を計る尿蛋白定量検査を新たに取り入れることとしました。

《心電図検査》

心疾患を調べる心電図も今まで任意による検査でしたが、全受診者が受ける項目とすることでより広く発見の機会を持ち、重症化予防を強化します。

《栄養状態検査》

栄養状態検査（総蛋白、アルブミン、A/G比）、貧血検査（赤血球数、血色素、ヘマトクリット）で栄養の過不足や出血傾向がわかります。

上記の項目を加えた血液検査、尿検査、心電図検査、眼底検査を特定健診のセット項目として料金を７００円とします。検査項目が増えますが、自己負担額としては据え置きですので、大変お得です。

39歳以下対象の一般健診、社会保険の特定健診受診券利用の方も同様の検査項目、料金となります。剣淵町国保の方は受診券がお手元に届き次第、順次予約を受け付けていく予定です。その他の方は町内回覧・お知らせはがき等でご確認ください。

＊平成31年度の特定健診、がん検診の日程は、３月末の戸別配布文書をご参照下さい。

〈健康福祉課　保健グループ〉