

一条通病院 旭川市東光1条1丁目 34-2111
 旭川医院 旭川市神楽3条4丁目 61-1117
 宗谷医院 稚内市末広3丁目(稚)24-1117
 ながやま医院 旭川市永山5条11丁目 46-2211
 一条クリニック 旭川市東光1条1丁目 34-1136
 かたくりの郷(老健) 旭川市神楽3条4丁目 63-1165
 東光ぬくもりポート 旭川市東光1条1丁目 34-2917
 宗谷さわやかポート 稚内市末広3丁目(稚)24-2223
 旭川きた介護センター 旭川市大町2条14丁目 53-2111

道北の医療

発行所
 社会医療法人
 道北勤労者医療協会
 〒078-8341 旭川市東光1条1丁目
 TEL 0166-33-1117
 FAX 0166-32-6925
 発行者 橋本浩徳

健康づくりの秋 コロナ流行の時だからこそ、生活習慣病の予防を

地域の健康づくりを進めよう。健康な方も「特定健診」を受けましょう。



千葉達哉医師
 道北勤医協一条通病院副院長
 1993年北海道大学医学部卒

特定健診の目的
 前述の通り、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)のリスクがあるかどうか、を重点的に行う健康診査です。その目的は、検査の結果をもとに保健指導を行うことで、リスクがある方の生活習慣を見直すきっかけ

をつくり、メタボリックシンドローム該当者及び予備軍を減らすことにあります。従来の健診は病気の早期発見・早期治療が目的であるのに対し、特定健診は病気の予防が目的であるという違いがあります。

そもそもメタボリックシンドロームとは、内臓脂肪の蓄積を第一条件として、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病が重なっている状態のことです。これが続くと、心臓血管系の病気を引き起こす危険性が高くなります。

メタボリックシンドロームの予防を目的としたこの特定健診は、40〜74歳の保険加入者を対象に、平成20年4月より医療保険者が加入者に対して実施されるようになりました。受診が義務づけられてはいますが、旭川市をはじめ、各自治体、保険者で

も受診を推奨しており、受診率の向上をめざしています。一般健診と異なるのは、視力、聴力の測定、胸部X線検査などが削除されていること、腹囲の測定を行うこと、動脈硬化に大きく関係しているLDLコレステロールなどを含む血液検査が必須項目となっていることなどです。総じてメタボリックシンドロームに特化した検査内容となっています。

特定健診(特定健診)とは
 これまでの健康診断は、病気の早期発見が目的でしたが、この特定健診の目的は、「メタボリックシンドローム」とそ

の予備軍を確定することです。低料金かつ「メタボ予防」に着目した健診として、健診を受けていない方、定期的に通院されている方にも特定健診をお勧めしています。

して、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病が重なっている状態のことです。これが続くと、心臓血管系の病気を引き起こす危険性が高くなります。

メタボリックシンドロームの予防を目的としたこの特定健診は、40〜74歳の保険加入者を対象に、平成20年4月より医療保険者が加入者に対して実施されるようになりました。受診が義務づけられてはいますが、旭川市をはじめ、各自治体、保険者で

も受診を推奨しており、受診率の向上をめざしています。一般健診と異なるのは、視力、聴力の測定、胸部X線検査などが削除されていること、腹囲の測定を行うこと、動脈硬化に大きく関係しているLDLコレステロールなどを含む血液検査が必須項目となっていることなどです。総じてメタボリックシンドロームに特化した検査内容となっています。

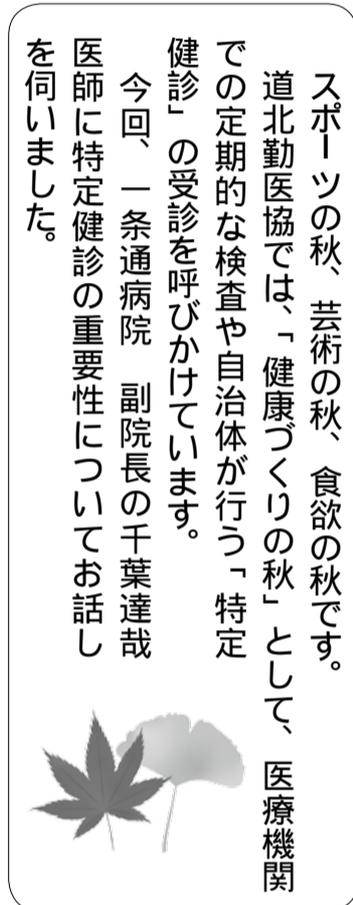
スポーツの秋、芸術の秋、食欲の秋です。道北勤医協では、「健康づくりの秋」として、医療機関での定期的な検査や自治体が行う「特定健診」の受診を呼びかけています。

今回、一条通病院 副院長の千葉達哉医師に特定健診の重要性についてお話しを伺いました。

メタボリックシンドロームの予防を目的としたこの特定健診は、40〜74歳の保険加入者を対象に、平成20年4月より医療保険者が加入者に対して実施されるようになりました。受診が義務づけられてはいますが、旭川市をはじめ、各自治体、保険者で

も受診を推奨しており、受診率の向上をめざしています。一般健診と異なるのは、視力、聴力の測定、胸部X線検査などが削除されていること、腹囲の測定を行うこと、動脈硬化に大きく関係しているLDLコレステロールなどを含む血液検査が必須項目となっていることなどです。総じてメタボリックシンドロームに特化した検査内容となっています。

も受診を推奨しており、受診率の向上をめざしています。一般健診と異なるのは、視力、聴力の測定、胸部X線検査などが削除されていること、腹囲の測定を行うこと、動脈硬化に大きく関係しているLDLコレステロールなどを含む血液検査が必須項目となっていることなどです。総じてメタボリックシンドロームに特化した検査内容となっています。



検査項目内容(旭川市国保の場合)

- 身体測定診察等 - 視診、問診、身長、体重、腹囲、血圧測定
 - 尿検査 - 尿糖、尿蛋白、尿潜血
 - 血液検査
 - 脂質 - 中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール
 - 肝機能 - GOT(AST)、GPT(ALT)、-GTP(-GT)
 - 血糖 - 空腹時血糖、ヘモグロビンA1c
 - 腎機能 - クレアチニン、尿酸
 - その他 - 貧血、心電図、眼底検査()
- 医師の判断による実施項目(一定の基準を満たし、前年度の健診結果などに基づき医師が判断します)

特定健診をおすすめする理由
 メタボリックシンドロームの怖いところは、内臓脂肪の蓄積による肥満から高血圧、脂質代謝異常、糖尿病、動脈硬化といった疾患が連鎖的に引き起こされ、やがて心筋梗塞や脳梗塞といった脳・心臓血管系の深刻な病気に至ることです。特

定健診はその進行を予防し軽減するためのもので、これを受けることで中高年に差し掛かった自分の身体と健康がいま、どのような状態にあるかをチェックすることができ

ます。特定健診を継続的に受けることも重要で、結果を見ながら健康管理を行います。病気の予防に役



立てられれば医療費や薬代を減らすことができます。また「リスクあり」という結果が出ても保健指導を受けることで生活習慣を見直し、改善できるチャンスが得られます。(2頁へつづく)

以前、居酒屋でのこと▽若者2名がカウンタ1で店主に向かって、このサバ本場に「やばいよね」と▽店主は笑って「自家製ですから」と自慢、横で聞いていた私は時間が止まった▽諸説あるらしいが江戸時代、悪人が入る牢屋を「厄場(やくば)」と言ひ、牢屋に入れられる悪いことを「やくば」▽「やばい」として形容詞の語尾「い」がつけられ、隠語「やばい」が生まれたらしい、私のイメージに合う▽しかし悪人仲間の「隠語」が若者に広がり、高度経済成長を経て一九八〇年代には「怪しい、尋常じゃない」の意味に、そして九〇年代には「すごい、素敵、出来が良すぎる」を表す言葉に変化した▽参議院選挙が終わって思うことがある▽私たちはいま歴史の分岐点に立っている、今こそ国民が自分の言葉で政治を、日本の平和を語っていかなくてはと▽あいまいな態度でいると時代の大きな波に飲み込まれてしまうのではなか▽平和の対義語は戦争であり、戦争と人殺しは同義語だということを確認したい▽何かを問われると「その問題はやばいです」としか言わない、言えない人間にはなりたくない(徳)

