

平成30年4月から国保制度が変わります



平成30年度からの国保制度改正に向け、連載記事を掲載しています。今回は、特定健診と生活習慣病の予防と改善について紹介します。



健太くん(以下、健太) 特定健診

とは、40歳から74歳までの大野城市国民健康保険に加入している人を対象とした、メタボリックシンドロームに着目した健診だよ。

大野ジョー(以下、ジョー) 今は

元気だし、何かあったら病院に行けばいいと思っっている人もいるじよー。

健太 生活習慣病の怖いところは、

自覚症状がないまま進行していくところなんだ。だから、自分の健康状態を年に1回は確認し、健康づくりにつなげていくことが重要なんだ。それに健診を受けるか受けないかで、生活習慣病にかかる医療費も大きく違うんだよ。

ジョー どれくらい違うんだじよー。

健太 下の表を見てごらん。約1万4000円も違うんだよ。

ジョー 大きな差だじよー。でも、健診を受けたらもう安心だじよー。

健太 それは違うよ。健診を受けて、

血液検査の結果で、例えば血糖値が高かったとすると、そのまま病院にも行かずに、放っておいたらどうなると思う？

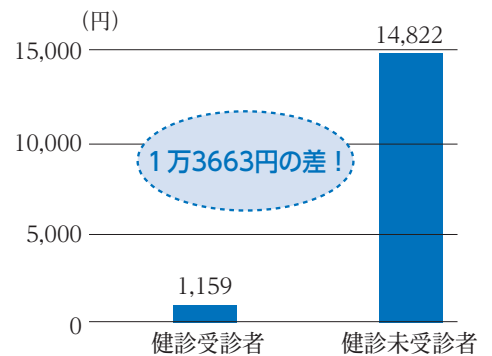
ジョー 今が元気で症状もなければ、そのままいいんだじよー？

健太 血糖値が高いまま放っておくと、血液がドロドロになって、

血管が詰まるんだ。血管が詰まり始めて自覚症状が出てくるまでには、約5年かかるんだよ。さらに放っておくと、今度は脳や心臓、腎臓の血管が詰まってきて、脳の病気や心臓病、腎臓の病気になってしまうんだ。



特定健診の受診の有無と生活習慣病治療費



ジョー そんな重い病気になってしまったんだじよー。こわいじよー。

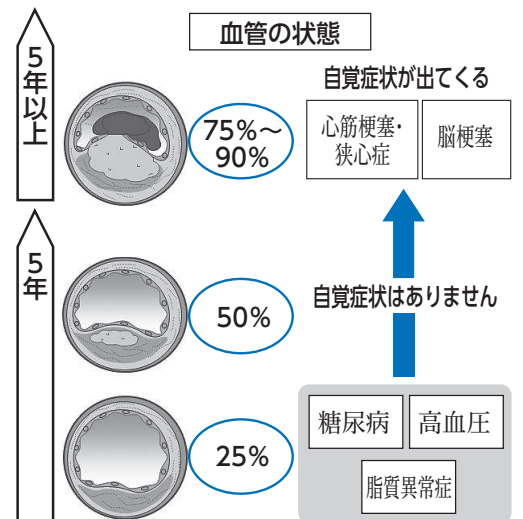
健太 市の特定健診を受けた人の結果をみると、糖尿病の疑いがある人は、約1割いて、そのうち約4割の人は、治療が必要にもかかわらず、放置しているんだ。

ジョー 早く病院に行ったほうがいいじよー。

健太 そうだよ。健診を受けたら、そのままにせず、健診結果説明会や健康相談などを利用して、自分の体のことを知ってほしいな。そして、病院に行く必要があるなら、早めに行くようにしてね。

ジョー 「健診結果説明会」とは何だじよー？

健太 保健師や栄養士が一对一で、



個人に応じた健康づくりを提案し、生活習慣病を予防しているんだよ。一緒に目標を立てて、日ごろできることから取り組むんだ。

ジョー 分かったじよー。でも、行きたいけどなかなか忙しい人もいるじよー。

健太 そんな人には、健康相談や栄養相談もあるよ。ぜひ利用してほしいな。

健康相談 毎月第1月曜日
栄養相談 毎月第2月曜日
午後1時半〜4時 ※予約制

ジョー ぜひ参加してほしいじよー。

● 問い合わせ先

すこやか長寿課健康長寿担当

☎(501)2222