

受けた

だけでは

安心

できない

特定健診!!

～平成23年度 特定健診結果～

阿蘇市では、7～9月、11月に住民健診を実施し、2082人が**特定健診**を受診されました。

特定健診の受診結果は「表1」のとおりで、全く異常がなかった人（1次予防）は95人、病院受診が必要な値（受診勧奨値）が1項目以上ある人（3次予防）は1160人でした。

3次予防に該当したら、すぐに薬物治療が開始となるのは限りません。お薬を飲まない場合でも主治医の指導のもと、健診結果が悪化しないように食事・日常生活等を見直しながら様子を見ていくことが大切な段階です。

医療機関を受診し、主治医から「様子を見ましょう」と言われたからと、「異常なし」と勘違いしないようにご注意ください。

（※）特定健診：平成20年4月から始まった40歳～74歳を対象とした保健制度で、一般的に「メタボ健診」と呼ばれています。

【表1】 特定健診の受診結果

特定健診結果	1次予防		2次予防		3次予防		
	全ての項目が正常値		1次・3次以外の人		健診項目のうち1つでも受診勧奨値以上の項目がある人		
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
全体	2,082人	95人	4.6%	827人	39.7%	1,160人	55.7%
(新規受診者)	219人	12人	5.5%	69人	31.5%	138人	63.0%

今回受診された2,082人のうち、219人が今年初めて阿蘇市の特定健診を受診されました（新規受診者）。

新規受診者の平均年齢は57歳で、そのうち3次予防対象だった人は、138人見られ、継続受診者よりも医療機関受診が必要な人の割合が多い結果となっています。

【表2】 受診勧奨者が多い項目

全体		男性（65～74歳）		
1	LDLコレステロール	33.5%	LDLコレステロール	33.3%
2	血圧	16.0%	血圧	26.2%
3	糖代謝	11.5%	γ-GTP	21.4%
4	γ-GTP	5.5%	糖代謝	14.3%

3次予防対象者が多かった健診項目は、【表2】のとおりで、LDLコレステロール、血圧、糖代謝の順に多くみられました。また、男性の64～74歳では、3位にγ-GTP（肝機能）が多くみられました。

保健師・看護師・管理栄養士等が支援します

阿蘇市では保健事業の一つとして保健師・看護師・管理栄養士等が健診結果報告会や家庭訪問などにより、健診結果の報告をさせていただいております。

お忙しい時間を使って受けられた健診を、受けて終わり！ではなく、将来の健康に活かしていただくためです。

健診の結果をもっと詳しく知りたい方、結果の見方がよくわからない方は、阿蘇市一の宮保健センターにご連絡ください。

健診結果と動脈硬化

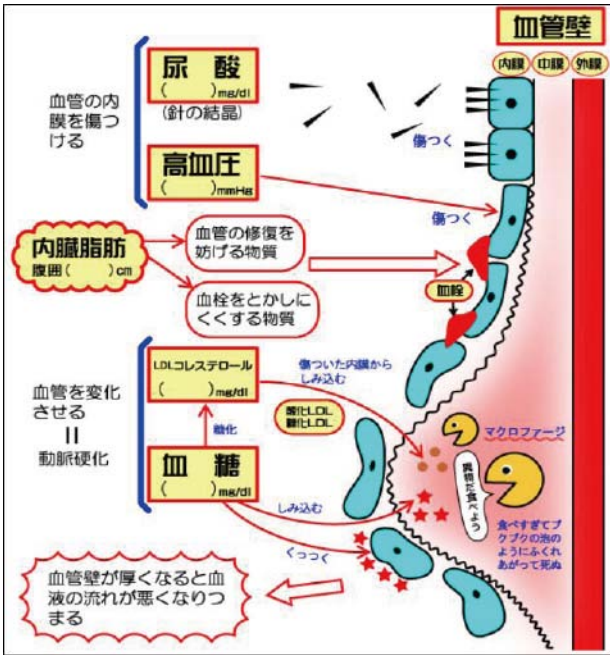
健診の結果をお返しする際、3次予防対象であることに気付かれても、「どがんもなか。（自覚症状はない）」と言う声をよく聞きます。体の具合が悪くなったら、自覚症状があるだろう…。と考えられるからです。

しかし、必ずしも自覚症状が自分の身体の悪化を教えてくれるわけではありません。

【図1】にあるとおり、尿酸・血圧・LDLコレステロール・血糖の値が高い状態が続くと、体中を巡っている血管の動脈硬化が進行していきます。

また、内臓脂肪があると、血管の修復を妨げることとなり、血管は傷んだままです。

【図1】動脈硬化のしくみ



「検査数値が高いまま」この状態が動脈硬化を進める原因です。もちろん自覚症状はありません。

動脈硬化が進行すると、最終的には血管を傷め、脳血管疾患・心臓病・糖尿病合併症などの発症につながり、日常生活に影響を与える状況になります。

健康診断を受けるといふことは、体の中で秘かに動脈硬化が進行していないかを確認する機会です。

今回初めて健診を受けられる方は、3次予防対象となった方は、健診を受けたことで、自覚症状がない段階での自分の動脈硬化の進行を知ることができました。

やはり、自覚症状をあてにせず、毎年特定健診を受けることが、健康への近道へとなるのではないのでしょうか。

今年、特定健診等の健康診断を受診された方は、もう一度ご自身の健診結果をご確認ください。あなたの身体も、気づかないうちに動脈硬化が進行しているかもしれません。

これから特定健診を受診したい方へ

阿蘇市
国民健康
保険に加入している方は、
阿蘇市内



の医療機関で特定健診を受診することができます。

緑色の特定健診受診券と健康保険証をお持ちになり、事前予約を済ませ受診してください。

協会けんぽ等に加入されている人は、お勤めの会社またはご加入の医療保険にお尋ねください。

問い合わせ先

一の宮保健センター
(お知らせ端末)
☎ 22・5088
☎ 56・5088

謹んで初春のお慶びを申し上げます

本年もよろしくお願いたします

医療法人社団 坂梨会
阿蘇温泉病院
☎ 32-0881

緩和ケア病棟
透析センター
桃花水
☎ 32-5250

介護老人保健施設
愛・ライフ内牧
☎ 32-5511

居宅介護支援事業所
訪問介護事業所
春草苑
☎ 32-4021

ケアハウス
茶寿苑
☎ 32-3955