

◆◇◆ 特定健診・特定保健指導とは？ ◇◇◆

平成20年度から、40～74歳の方を対象に、医療保険者が行う新しい健診がはじまりました。

ポイント

- ◆メタボリックシンドロームから引き起こされる生活習慣病の予防・改善が目的です。
- ◆特定健診の結果で必要と判断された方は、特定保健指導を受けることになります。
- ◆各医療保険者が実施します。

特定健診では何をみてるの？

特定健診は、国で定めた項目(メタボリックシンドロームに着目した内容)の他、各医療保険者の判断で検査を追加して行います。具体的な項目は下の表の通りです。
(下線の部分は中川町国保が追加したもの)

		何をみているのか？	検査項目
基本的な健診項目	身体の大きさ		身長、体重、BMI
	動脈硬化の危険因子	内臓脂肪の蓄積	腹囲、中性脂肪、HDLコレステロール、AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP)
		血管内皮障害	血圧、 <u>尿酸</u>
		インスリン抵抗性	空腹時血糖、HbA1c、尿糖
	腎臓	尿蛋白、 <u>血清クレアチニン</u>	
その他の動脈硬化の危険因子		LDLコレステロール	
健診詳細項目	変血管	心臓	心電図検査(<u>全員実施</u>)
		脳	眼底検査(<u>全員実施</u>)
	易血栓化・貧血		ヘマトクリット、血色素(ヘモグロビン)、赤血球(<u>全員実施</u>)

※この他、医師の診察、質問票による問診があります。

★通院中の場合は？

通院治療中の方も特定健診の対象です！

年に1度の健康状態の確認のため、特定健診を受けましょう。健診結果をその後の治療の際のかかりつけ医との相談にもご活用ください。

★人間ドックや職場健診を受けた(受ける予定)場合は？

特定健診と同等の結果(人間ドックの結果・職場健診の結果など。)の写し(コピー)を、各医療保険者(中川町国民健康保険加入者であれば中川町国保特定健診担当)に提出することで、特定健診を受診したことになります。

特定健診を受けるには？

中川町国民健康保険の方
(40～74歳【H21年3月31日現在年齢】)

健診の調査票で、お申込みください。

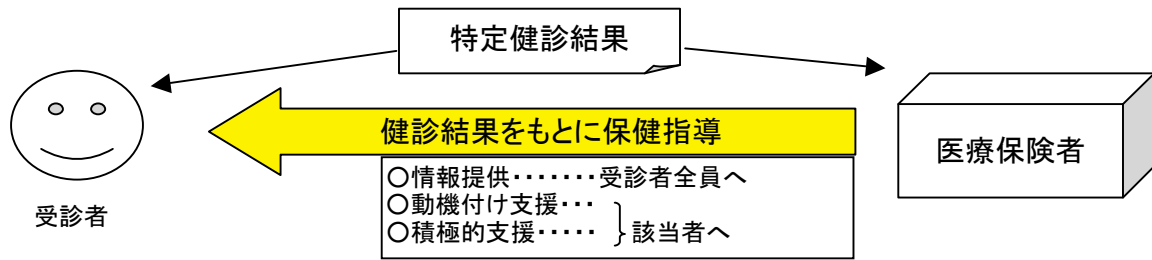
健診日の2週間位前に、詳しいお知らせと問診票を送付致します。

その他の医療保険の方

加入している医療保険者より案内・説明等があります。
※特定健診の申込み方法は保険者ごとで異なります。

特定保健指導はどういうもの？

特定保健指導とは、特定健診の結果をもとに生活習慣病のリスク(危険因子)などの状態に応じて行われる、生活習慣病の予防・改善のための支援のことです。対象となった方へは、特定健診の結果と併せてお知らせが届きますのでその内容に従って保健指導を受けましょう。



★動機付け支援・積極的支援の該当者が特定保健指導の対象になります。

特定保健指導の対象者は？

BMI 25以上

又は、

腹囲 男性85cm以上
女性90cm以上

ありますか？

いいえ

特定保健指導の対象にはなりません、健診結果についてや生活習慣病の予防についての情報提供を受けることができます。

はい

◆生活習慣病の危険因子①～④はそれぞれの項目でひとつでも当てはまれば『1』と数えます。

①血糖

空腹時血糖 100mg/dl以上
又はHbA1C 5.2%以上

②脂質

中性脂肪 150mg/dl以上
又はHDLコレステロール 40mg/dl未満

③血圧

収縮期血圧 130mmHg以上
又は拡張期血圧 85mmHg以上

★上記①～③のうち1つ以上あてはまる場合は④も危険因子の2つとして数えます。

④喫煙歴

有り

※腹囲や危険因子があっても、但し、血圧を下げる薬・インスリン注射又は血糖を下げる薬・コレステロールを下げる薬を服薬されている場合は、上記の通りです。

1つ以上あてはまる場合

『特定保健指導』の対象になります。

2つ以上当てはまる

積極的支援の対象です。

※但し、65歳以上の場合は、
動機付け支援の対象となります。

1つに当てはまる

動機付け支援の対象です。