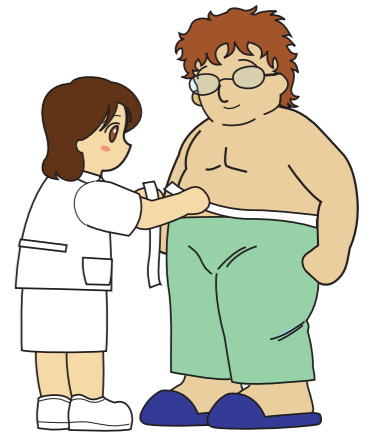
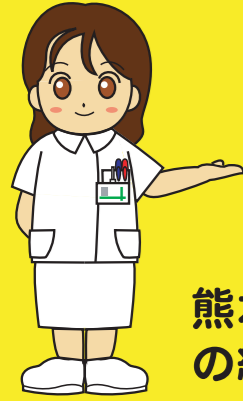


平成20年(2008年)4月から

特定健診・特定保健指導

がはじまりました

熊本市医師会ヘルスケアセンターでは特定健診・特定保健指導の総合的なお手伝いができるように準備を進めています



特定健診・特定保健指導とはどんなものなのでしょうか？

従来の健康診断は生活習慣病やがん等の早期発見・早期治療等を重視して実施してきました。しかし平成20年4月からはメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)該当者と予備群を減少させることを目的とした「特定健診・特定保健指導」へと変わります。「特定健診」により階層化されたメタボリックシンドロームの該当者と予備群の方には「特定保健指導(動機づけ支援、積極的支援)」を行います。特定保健指導では、対象者が健診結果から自らの健康状態を把握し、生活習慣改善のための行動目標を自ら設定・実行できるよう、医師、保健師等による個々人の特性やリスクに配慮した支援を行います。



●メタボリックシンドロームとは何ですか？

肥満症や高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病は、それぞれが独立した別の病気ではなく、肥満、特に内臓に脂肪が蓄積した肥満が原因であることがわかってきました。このように、内臓脂肪型肥満によって、さまざまな病気が引き起こされやすくなった状態を『メタボリックシンドローム』といい、予防・治療の対象として考えられるようになってきました。

どのように変わるのでしょうか？

国は、医療保険者(市町村国保、企業健保、政管健保等)に対して、40～74歳までの被保険者・被扶養者(奥様やご家族の方も含まれます)を対象とし、メタボリックシンドロームに的を絞った「特定健康診査・特定保健指導」を行うことを義務付けました。

●事業所における健康診断

労働安全衛生法等に基づく健診は、引き続き事業者が実施義務を有します。今まで同様、定期的に健康診断を受診させ、その費用は事業者が負担します。医療保険者は、事業所が実施する労働安全衛生法の定期健康診断結果のうち、特定健診項目の結果を受け取ることで特定健診を実施したことに代えることができます。

●医療保険者による追加健診(人間ドック等)

医療保険者は、保健事業の一環として、人間ドック・成人病健診等を実施しているケースが少なくありません。平成20年度も引き続き実施する場合、特定健診の実施にあわせて行うことが現実的です。この場合、人間ドック等の健診項目に特定健康診査で行わなければならない項目が全て含まれていれば、人間ドック等の実施により特定健康診査の実施に代えることが可能です。

協会けんぽ 生活習慣病予防健診制度についてご存知ですか？

協会けんぽでは、ご加入の被保険者(40～74歳)の方を対象に健康保持増進のための生活習慣病予防健診を実施しております。この健診は労働安全衛生法における健診項目(特定健康診査項目も)を包含しており、受診者が事業者の結果を示すことで定期健診の受診を免ずることもできます。

受診対象者や健診内容・申し込み方法等に関して、平成20年度より変更がございます。別途、協会けんぽ 熊本県支部のパンフレットもご覧ください。生活習慣病予防健診については、国の費用負担がありますので、協会けんぽに加入の事業所は、当センターへご相談ください。

特定健診・特定保健指導の流れはどのようなもの？

- 1 まず、内臓脂肪の蓄積に着目してリスクを判定します。腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上の方はハイリスクな対象者です。また上記未満でも、BMI※が25以上の人も対象者となります。 ※BMI=体重kg÷(身長m×身長m)
- 2 血糖値・血中脂質・血圧の各数値、及び喫煙歴から追加リスクを加算します。(当然、数値が悪いとリスク数が増えていきます。)
- 3 カウントされたリスク数により **積極的支援** **動機づけ支援** **情報提供** の3グループに分けます。
- 4 それぞれのグループに対して特定保健指導を行います。

積極的支援 対象者は3～6カ月程度の継続的かつ積極的な支援(面接・保健指導・電話や電子メールでのサポートなど)を受け6カ月後に、その実績評価を行います。

動機づけ支援 対象者は原則1回の支援を受け6カ月後に、その実績評価を行います。

情報提供 は健診受診者全員に、結果通知時にパンフレット送付およびホームページでの情報提供などを行います。

●具体的なリスク判定の数値は次のようになります

- 追加リスク
- ①血糖 a.空腹時血糖100mg/dl以上またはb.ヘモグロビンA1c5.6%以上またはc.薬剤治療を受けている場合1カウント
 - ②脂質 a.中性脂肪150mg/dl以上またはb. HDLコレステロール40mg/dl未満またはc.薬剤治療を受けている場合1カウント
 - ③血圧 a.収縮期血圧130mmHg以上またはb.拡張期血圧85mmHg以上またはc.薬剤治療を受けている場合1カウント
 - ④(質問票から)①～③のリスクが1つ以上の場合のみ喫煙歴があればさらに1カウント

1 腹囲男性85cm以上女性90cm以上の方で追加リスク数が2以上 **積極的支援 1** **動機づけ支援 0** **情報提供**

2 腹囲上記未満でもBMI 25以上の方で追加リスク数が3以上 **積極的支援 1または2** **動機づけ支援 0** **情報提供**

ヘルスケアセンターが進めていることは何ですか？

当センターでは、特定健康診査の結果通知書の作成・階層化はもとより、情報提供・結果及び決済情報の標準的な電子化などに対応いたします。また、総合健診システムを導入し、運動・栄養・ストレスなどの総合評価のもと、個人個人に適した特定保健指導の支援実施計画書の作成、ITを利用した継続支援を行ってまいります。

分からないことがあったら？

もし、「特定健診・特定保健指導」について、わからないことなどがございましたら、当センターまでお気軽にお問い合わせください。

電話 (096)366-2711
メールアドレス health-care@nifty.com

