



生活習慣病健診について

生活習慣病について

生活習慣病とは、偏った食事、運動不足、睡眠不足、喫煙、ストレスなどの不適切な生活習慣が原因となって発症する脳卒中、心臓病、高血圧、糖尿病、脂質異常症といった病気のことを意味します。これらの病気で我が国の死因のほぼ半分を占めています。**これらの病気は自覚症状がなく、知らないうちに動脈硬化を進行させ、脳卒中や心臓病などの重大な病気を発症します。**内臓に脂肪がたまる内臓脂肪型肥満にこれらの病気が加わるとメタボリックシンドロームと言われ、脳卒中や心臓病のリスクはさらに高まることが知られています。

健診の方法

生活習慣病の予防や早期治療につなげるために、特にメタボリックシンドロームに着目した特定健診と特定保健指導が職場や地域で毎年行われています。対象となるのは40歳以上75歳未満の方です。75歳以上の方を対象に後期高齢者健診も実施されています。

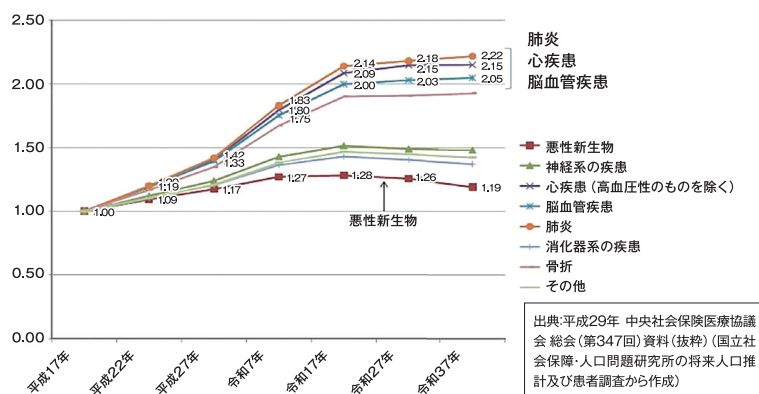
基本的な健診項目

- 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- 身体測定（身長、体重、BMI、腹囲）
- 身体診察
- 血圧測定
- 血液検査（脂質検査、空腹時血糖またはヘモグロビンA1c、肝機能検査）
- 検尿

詳細な健診項目

- 心電図検査
- 眼底検査
- 貧血検査
- 血清クレアチニン値

<入院患者の将来推計 平成17(2005)年を1とした場合の増加率>



メッセージ

高血圧、糖尿病、脂質異常症といった病気は自覚症状がなく、放置すると動脈硬化が進んで重い病気を引き起こします。**これらは健康寿命を短くするのみならず、時には死に至る危険な病気です。**生活習慣病健診を受けることで生活習慣病を早期に発見し、保健指導を受けることで生活習慣を見直すきっかけとなり、必要な場合には早期治療を受けることができます。

他人事と考えず、是非、特定健診などの生活習慣病健診を受けましょう！