

特定健診(Ⅱ)

平成20年の健康診断は如何でしたか。特定健診が始まりましたが、そのおかげで健診項目に変化が現れています。

特に今までよりも検査項目が減った人はいませんか？国の政策としての特定健診の推進と後期高齢者に対する健診の制限が徐々に始まるようになってきます。前年よりも健診項目の少なかつた人は自分の健康のために医療機関を受診して自己検診を受けましょう。当然ですが今回の健診で異常値がみられ受診を勧められた人は指示に従ってください。ただし健診の正常値の設定はかなり厳格ですので治療が必要かどうかは医療機関を受診して相談してください。

午前の検査では朝食を食べないのは常識ですが、午後の検査の場合には昼食を摂ってから採血される場合があります。その場合には血糖値やコレステロール値は増加しています。また血圧などの正常範囲の設定は若年者にはちょうど良いのですが、高齢者には少し厳しすぎる設定値とされます。普段から高血圧や糖尿病などの成人病で医療機関に通院している方は、必ず検診結果を持って主治医に見せてください。

今回の健診で「メタボリック・シンドローム(以下メタボと略します)」といわれた方は今後特定保健指導が行われます。危険因子の数が多い場合にはより細かな指導が行われます。保健指導の連絡がきたら素直に従いましょう。メタボの定義を述べます。腹囲が男性は85cm以上、女性は90cm以上が基本です。なお、この数値は日本独特の基準であり、欧米とは異なります。血圧の値や、血糖値、コレステロール値も同様です。国や人種による相違があるかもしれません。しかし、最終的な目的はメタボの改善により動脈硬化による心筋梗塞・脳梗塞・脳出血の予防であることは変わりありません。

過剰な腹囲と以下の3項目のうち2項目以上が高い場合にメタボと診断されます。血圧値は収縮期130以上、拡張期85以上です。血糖値は空腹時100mg以上、HbA1c 5.2%以上です。コレステロール値は中性脂肪150mg以上、HDLコレステロール40mg以下です。なおこの値が正常であっても現在治療を受けている場合は異常と判定します。自分のデータと比較してください。数値はあくまでも一時的なものです。異常値ぎりぎりです。セーフの方も安心しないでください。



東陽病院院長
伊藤 文憲

この飽食の時代ではほとんどの方は何らかの異常値がみられるはずですが、特定保健指導の連絡が来ないからと安心しないでください。三食をきちんと摂る、適度な運動をする、十分な睡眠をとるなどの毎日のライフスタイルの改善が最も有効な生活習慣病の予防です。がんばりましょう。

◆救急当番日

11月23日(日)・12月14日(日)
午前8時30分～
午後5時15分

◆問い合わせ

東陽病院 ☎ 13335
URL: www1.ocn.ne.jp/~toyohp/

東陽病院日帰り人間ドックのご案内

あなた自身を守るために……

一次予防と健康増進を重視した総合健診を行っています。

生活習慣病をご存知ですか？生活習慣病とは、その人のライフスタイルにより引き起こされる病気で、脳卒中や心筋梗塞などの重大な疾患につながることもあります。当院では、病気の早期発見早期治療にとどまらず、病気にかからないように「**予防する**」ことにも重点をおいています。

申込手続

国民健康保険にご加入の方(30歳以上75歳未満)は、町で助成金制度がありますので、住民課国保年金班窓口へお申込ください。社会保険等にご加入の方の助成制度については勤務先にご相談ください。助成を受けない場合は、病院受付窓口でお申込ください。

《日程》 **毎週 月曜日・水曜日**
午前9時30分～午後3時30分

検査料金等

国民健康保険助成制度を利用した場合は、**自己負担15%で最高63,000円**まで助成が受けられます。

基本検査料 42,000円	身体測定、血圧、血液一般検査、尿検査、便検査、血清検査、生化学検査、呼吸器検査、循環器検査、消化器検査、腹部超音波検査、糖代謝検査、眼科検査		
オプション検査料			
子宮がん検査	3,150円	甲状腺検査	5,660円
骨密度検査	1,470円	HIV検査	1,890円
前立腺検査	3,000円	聴力検査	4,200円
頭部CT検査	11,960円	胸部CT検査	11,960円

(前立腺検査、甲状腺検査、HIV検査は採血のみ)

(例) ①基本検査のみの場合

→検査費用額42,000円のうち、個人負担額6,300円

②基本検査+胸部CT検査+頭部CT検査の場合

→検査費用額65,920円のうち、個人負担額9,888円