

## 特定健診

市では、平成 25 年度特定健康診査を実施しています。

今回、特定健康診査や腎臓に関する病気のことなど、池田病院の理事長を務められる池田徹先生にお話を伺いましたので紹介します。

### 【問い合わせ】

市健康保険課 ☎ 0994-31-1162  
市健康増進課 ☎ 0994-41-2110



池田病院  
池田 徹 医師

昭和 47 年 3 月 鹿児島大学医学部卒、昭和 53 年 6 月 医療法人青仁会池田病院入職。昭和 62 年 4 月 池田病院院長就任、平成 10 年池田病院理事長就任。

平成 16 年 4 月から平成 22 年 3 月まで鹿屋市医師会会長を務め、平成 23 年に社会福祉部門で市政功労者表彰。

### 特定健康診査について

特定健診は、メタボリックシンドロームや、生活習慣病に着目した一般的な検査項目が入っている健診です。人間ドックに比べると、胃や腸等の消化管の画像診断などがないため、オールマイティな健診とはいえません。

そのため、特定健診を受けているからすべて大丈夫というものではありません。

追加検査として、胃がん検査や大腸がん検査なども受診することが重要です。

### 腎臓病と人工透析

今年から、血液検査の一つとして血清クレアチニン検査が導入されることになりました。血清クレアチニン検査で分かるのが腎臓の働きです。

腎臓は、片方摘出しても生きていけるように、予備能力の高い臓器です。そのため、腎臓は悪くなってもなかなか症状の出にくい臓器なのです。が、血清クレアチニン検査により、CKD（慢性腎臓病）の早期発見につなげることができます。

CKDは、人工透析が必要

になったり、また、心筋梗塞や脳卒中など生命に関わる病気の危険因子でもあります。

昔は腎臓の病気になると早く亡くなると言われていましたが、現在では医学の進歩もあり何十年と透析を続けている方もいらっしゃいます。

ただし、人工透析には多くの費用や時間を費やします。週3回・1日4時間の治療を行い、自己負担額は安くなっていますが、医療費が高いくとに変わりはありません。

CKDは、治りにくい病気ですが、高血圧や糖尿病を管理することにより、病気の進行を遅らすことはできます。

たとえば、60歳代の人が1日1回の服薬で血圧をコントロールすると、将来人工透析をしなくて済む可能性がありますが、逆に、高血圧のまま放置していると、5年後には透析になることもありえます。

「無病短命・一病長命」という言葉があります。これは、病気を持つ事で身体をいたわり、大切にすることによって逆に長寿に生きられるという意味です。

自分は頑丈で健康だと思いでんで生きるのか。それとも、

早期に病気を発見し、適切な治療で安心して生きられるのか、どちらを選びますか。

現在、早期がんであればほとんど助けられることができますし、また、治療できないがんもありません。早めの発見がなによりも大事になります。

2〜3年前の検査の結果、正常であったとしても、現在の健康状態にはあまり意味がありません。その後の2〜3年で病気が進行していることなどはよくあることです。健診の受診率が向上しないのも、数年前の検査結果に安心しきっていることもあると考えられます。

健診は、自覚症状が無い状態・自分が気づかない病気を発見してくれます。

1年に1回は各種健診を受診し、生活習慣を改善して、安心と健康への意識を高めましょう。



## ◎ 特定健診の補足

### 血清クレアチニン検査

クレアチンは、筋肉運動のエネルギー源となるアミノ酸の一種クレアチンが代謝されてきた老廃物のひとつです。

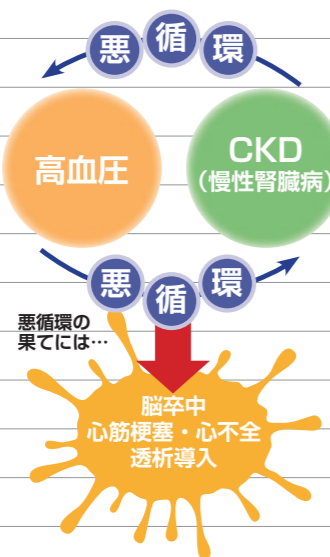
クレアチンは、腎臓が正常に働いていれば、尿として体外に排泄されます。つまり、血液中にクレアチンが多いということは、腎機能が障害されているということになります。

この検査は、腎臓以外の影響は受けにくいので、腎機能、腎系球体機能のふるいわけや経過観察のための検査として行なわれています。

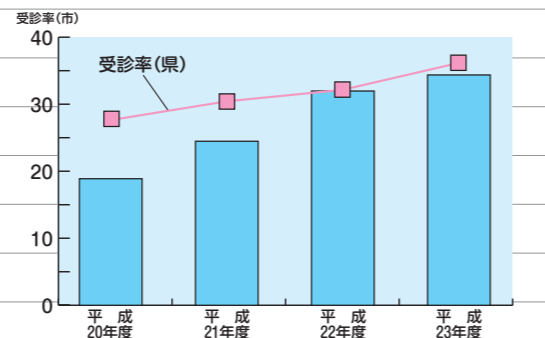
### CKDと高血圧

CKD（慢性腎臓病）は、腎機能が低くタンパク尿が出る状態です。そこに高血圧が重なると、動脈硬化が進み、腎臓の血圧を調整する機能が低下します。すると、血圧がますます上がり腎臓の機能がより低下する

という悪循環に陥ります。CKDが悪化すると、腎不全になり、透析が必要になったり、心臓病などを起こす危険度が高まります。早めに適切な治療をすることでCKDの悪化を防止できます。



### 受診率について



特定健診には、目標とする受診率があり、鹿屋市の平成 25 年度目標受診率は 40%です。

今後、平成 29 年度までの目標達成状況により、後期高齢者医療制度への支援金の額が決定されます。目標に到達しない場合、皆さんの納める保険料が増額される場合もあります。

### 情報提供について

市の特定健診（国民健康保険）の受診率向上のために、次の対象者は健康診査の検査データの情報提供にご協力ください。

◎高血圧・糖尿病などで服薬・通院中の人は、かかりつけ医にご相談ください。特定健診を受診したほうがよいか、不足分の検査を受けるのみでよいかを判断します。

いずれも自己負担は無料となっています。また、情報は医療機関を通して市健康保険課へ提供されます。

◎国保加入者で職場で健診を受けた人は、職場健診での健診結果を、健康保険課へ郵送又はご持参ください。

## 「特定健康診査」 「長寿健診」

- 対象者 40歳以上の国民健康保険被保険者及び後期高齢者医療被保険者
  - 受診料 無料
  - 受診方法 指定医療機関で受診する病院健診と各地区公民館等で実施する集団健診のいずれかで受診
  - 集団健診 6月6日(木) 12月2日(月)
  - 病院健診 5月15日(水) 10月31日(木)
- ※集団健診の日程や指定医療機関については、6月28日に町内会を通じて配布される健康カレンダーをご覧ください。
- 健診内容 身体計測、腹囲測定、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血、肝機能、脂質、糖代謝)、血清クレアチニン、心電図、眼底検査

