

特定健康診査のお誘い

鳴門市医師会会長 吉田 成仁

健康でありたいとは誰しもが思うことですが、日ごろの忙しい生活の中ではついつい健康管理を怠ってしまいがちです。その健康管理の一助として、乳幼児、学校健診やがん検診等の様々な健康診査がありますが、今回、中高年の健康チェックを目的とした、特定健診(特定健康診査)について説明し、皆様の受診を勧めさせていただきます。

特定健診は主に生活習慣病の発症・重症化を予防するために、40歳から74歳の方を対象として、年に1回行われます。

加入する健康保険によって、

- 1)勤務先の健康保険組合が、組合員に対し行うものと、
- 2)市町村が国民健康保険に加入している方に対して行うもの

がありますが、この度は、国民健康保険に加入している方の特定健診について述べさせていただきます。

皆様ご存知のように、高血圧や高コレステロール症、糖尿病等の生活習慣病は死亡原因や要介護の原因の高位を占めていますが、今回の新型コロナウイルス感染症においても重症化の原因となっており、改めてその予防の重要性が認識されました。

しかしながら、これらの病気は初期の段階では自覚症状がなく、異変を感じた時には症状が重症化しています。この初期の段階での発見と重症化の予防が特定健診の目的であり、食事や運動の指導といった生活習慣の改善を行うための保健指導もセットで行われます。もちろん重症の方には、医師による加療が勧められますが、その前に発見、重症化の予防を行おうというのが特定健診の主たる目的です。

残念ながら、鳴門市の特定健診受診率は低く、その原因について調べました所、忙しくて時間がない、特定健診のことをよく知らない等の他に、現在病院において加療中で改めて検査の必要がないという方が多くみられました。病気の方が病院にかかって、医師の説明を聞き、治療を受けることは大切ですが、通院中の方でも、医師に短時間の説明を聞くだけでなく、看護師や保健師に、時間をかけて、その病気についての食事や運動等の生活習慣の改善について説明を受けることも有用と思われます。

また、本年度より、特定健診の必須項目が拡充され、心電図検査と貧血検査が、追加されたので、心筋梗塞による突然死や、心房細動による脳梗塞の予防等、一般的な問診や血液・尿検査、血圧測定等でわからず、隠された重大な病気が発見される可能性が大きくなりました。(も



ちろんすべて予防できるわけではありません。)

また、特定健診は、ほとんどの方が一律1,000円で受けられますが、例えば、病院で再診時に特定健診と同じ検査を受けると、3割負担の方で2,000円程度かかります。もちろん病院の検査等はその人その人で必要な検査をしますので、一概には比較できませんが、年に一度くらい、広く浅く生活習慣病のスクリーニングとして、特定健診を行うというのもよいのではないのでしょうか。病院の先生は決して嫌がらないと思います。

国民健康保険の特定健診の受診率は毎年公表されており、平成30年度は、全国平均が38%、徳島県平均が36%で、鳴門市は32%と徳島県内市町村の下位にある現状ですが、それ以前の約10年間は20%台で、県内の最下位に近い状態が続いていて、最近やっと上昇してきたところですが、ところが、昨年、特定健診の受診率が皆さんの国民健康保険料に関連することが発表されました。すなわち、受診率が低いと保険料が上がるということになり、皆様が支払う保険料を少なくするためにも受診率を上げることが必要となってきたのです。

このため鳴門市では本年度より**特定健康診査情報提供事業(みなし健診)**を実施することとしました。高血圧や糖尿病等のメタボリックシンドロームでかかりつけ医にかかっている方の医療機関のデータを患者さんの同意の上で、健診受診結果表に転記し、特定健診を受診したとみなすことにする制度です。皆様は用意された同意書に署名、提出していただくだけで、健診をしたことになります。

以上のことをまとめますと、

- ・ 特定健診は安価で有効な健康診査であること、
- ・ 今年から心電図検査と貧血検査が加わり充実した内容となったこと、
- ・ 鳴門市は特定健診の受診率が低く、このままでは被保険者の保険料が高くなる可能性があるため、できるだけ多くの方に特定健診を受けていただきたいこと、
- ・ 受診率を上げるために今年度より「**みなし健診**」の制度を発足したので、現在病医院に通院中の方で特定健診に行けない方には同意書の提出をお願いしたい、

ということを述べさせていただきました。

7月になって鳴門市から緑色の封筒が届きましたらこの投稿を思い出し、一人でも多くの皆様に特定健診を受けていただいて、今年を「コロナ元年」ではなく、「健診元年」として、皆様の「健康で元気な人生100年の始まり」となりますように願っております。

令和2年7月1日