



予約優先制です 電話072-990-5820

夏休みの予定が決まりました

8/13 (水) 14 (木) 休診させていただきます

よろしくお祈いします。



ホームページ

<http://www.kikuchi-clinic.com/>

携帯版も共通です。

(softbankは最後に v/ をつけて下さい)

メールマガジン (PC版、携帯版) を発行しています。

登録は、上記ホームページからできます。

休診等の最新情報は、ホームページ等でご確認下さい。(携帯版メルマガの情報が最新)

特定健診について

全国的に準備不足のため、開始が遅れていましたが、八尾市は5月末にやっと受診券を発送し、受診が可能になりました。当院では、早速5月31日におひとり受診されました。

別名「メタボ健診」と呼ばれ、皆さんも名前をご存じかと思いますが、そもそも「メタボ」とは何か？ 健診がどうかかわるのかは、知られていないようです。

「メタボ」は正式には「メタボリックシンドローム」、直訳では「代謝症候群」となりますが、一般には「内臓脂肪症候群」とよばれています。

肥満症、高血圧症、糖尿病、脂質異常症 (高脂血症) などを複数持ち、動脈硬化性疾患 (脳梗塞や心筋梗塞など) を起こす危険が高い状態とされています。

つまり、原因となる疾患も、結果的に引き起こされる疾患もひとつではありません。

これらの疾患による死亡が日本人では全体の3分の1にのぼるため、健診内容がかわりました。

今までの健診との違いは、次のようなところではあります。

1. 健診の主体が、医療保険の保険者になりました。医療保険の保険者というのは、健康保険被保険者証 (保険証) を発行しているところではあります。

つまり、八尾市国民健康保険では八尾市、後期高齢者は広域連合、政府管掌健保では社会保険事務所などです。社会保険の家族は、今までは八尾市の健診を受けられましたが、今後は社会保険の特定健診を受けることとなります。(基本的に健診項目は、共通です)

2. 健診の内容については次ページに書きますが、一部廃止されたり条件付で受けられる検査項目があります。

3. ここが大きな違いですが、健診によって「メタボ」と診断された場合「特定保健指導」を受けようになります。メタボの程度によって、「動機付け支援」と「積極的支援」があり、面接などにより指導を受けることとなります。

4. 特定健診の受診率が低い (65%以下)、特定保健指導の実施率が低い (45%以下) などの場合、保険者に罰則が科せられることになるそうです。その場合、後期高齢者医療への負担金が増額になり、被保険者に対しては健康保険料の負担増という形でかえってくることになりそうです。

・毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」をご持参下さい。

特に後期高齢者医療の保険証は、必ずお持ち下さい。

・後期高齢者の方で、他院が「かかりつけ医」になっている場合は、その旨を必ずお申し出下さい。(診療計画書に署名をされた方です)

・他院で処方を受けておられる場合は、お薬手帳などをご持参ください。

特定健診の内容

	平成20年3月までの 検査項目	特定健診での検査項目の変更 (○は同じ、△は条件付で実施、×は廃止)	
身体測定	身長・体重・BMI	○	腹囲測定が追加されます。
肝機能検査	AST (GOT)	○	
	ALT (GPT)	○	
	ガンマ-GTP	○	
脂質検査	総コレステロール	×	総コレステロールのかわりにLDLコレステロールが追加されます。
	中性脂肪	○	
	HDLコレステロール	○	
血糖検査	血糖値	○	保険者によっては、どちらか片方になる場合があります。
	ヘモグロビンA1c	○	
腎機能検査	クレアチニン	△	八尾市民が八尾市内の医療機関で受診した場合の追加検査です。
	尿酸	△	
血中蛋白質	アルブミン	△	※注1
尿検査	尿糖	○	
	尿蛋白	○	
	尿潜血	×	
血球検査	白血球	×	※注2
	貧血検査	△	
心機能検査	心電図	△	※注3

※注1 栄養状態を表す血液中のタンパク質ですが、65歳以上の方の「生活機能評価」において「生活機能の低下あり」と評価された場合のみ、検査に追加されます。

※注2 貧血検査は、貧血の既往がある場合、問診・診察で貧血が疑われる場合（全年齢）と、65歳以上の「生活機能評価」で「生活機能の低下あり」と評価された場合に追加が可能です。

※注3 心電図検査の条件は非常に厳しく、（前年度の健診結果等において）下記の4項目すべてに該当した場合に追加されます。

検査項目	(心電図検査追加の) 判断基準
血糖検査	空腹時血糖値が100以上、またはヘモグロビンA1cが5.2%以上
脂質検査	中性脂肪150以上、またはHDLコレステロール40未満
血圧測定	収縮期血圧(上)130以上、または拡張期血圧(下)85以上
肥満度測定	①～③のいずれかの方 ①腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上 ②内臓脂肪面積100cm ² 以上 (CT検査なので当院では測定できません) ③BMI 25以上 (BMI = 体重kg ÷ 身長m ÷ 身長m)

（特定健診における）メタボリックシンドロームの判定基準

腹囲	男性85cm以上 女性90cm以上に該当
----	----------------------



A. 血糖 ①、②のいずれかに該当	①空腹時血糖110以上、あるいはHbA1c5.5%以上 ②質問票で「インスリン注射又は血糖を下げる薬を使用している」が「はい」
B. 脂質異常 ①、②、③のいずれかに該当	①中性脂肪150以上 ②HDLコレステロール40未満 ③質問票で「コレステロールを下げる薬を使用している」が「はい」
C. 血圧 ①、②、③のいずれかに該当	①収縮期 130以上 ②拡張期 85以上 ③質問票で「血圧を下げる薬を使用している」が「はい」

1. **腹囲該当+A・B・Cのうち2つ以上に該当：メタボリック基準該当**
2. **腹囲該当+A・B・Cのうち1つのみに該当：メタボリック予備軍該当**
3. 上記1. 2に該当しない：メタボリックシンドローム非該当

ただし、**上記の判定は、この健診の基準によるものですので、それぞれの疾患の診断基準とは異なります**ので、ご注意ください。

極端な話、糖尿病、高脂血症、高血圧症があっても治療中の方でも、腹囲が基準以下ならこの健診ではメタボリックシンドロームには該当しないことになるのです！ 何ということでしょう！

何度もしつこいようですが、健診受診時のお願いです。

①受診券が必要です。

届いていない、負担額が違う（非課税で無料のはずなのに、1000円と書いてある）などのお問い合わせは、健康保険の保険者へお願いします。

②健康保険被保険者証を必ずお持ちください。

受診の時点で、被保険者の資格があることを確認する必要があるためです。（転職、転居、期限切れなどの場合、資格がないことがあります）

③介護保険被保険者証（65歳以上の方）をお持ちください。

介護認定（要支援、要介護とも）を受けているかどうかで健診内容が異なる場合がありますので、必ずお持ちください。

④血液検査がありますので、**できるだけ絶食（10時間以上）で来院してください。**病気でなくても、異常値が出る可能性があります。なお、**糖分を含まない水分は飲んで頂いて構いません。**

⑤受診券の裏に問診用紙がありますので、できるだけ記入をしてからお持ちください。時間の節約になります。

当院では、デビットカード・クレジットカードをご利用頂けます。

「**きょうの健康**」NHK教育テレビ <http://www.nhk.or.jp/kenko/>
 (月) ~ (金) 午後8:30~8:45
 (再放送) 翌週 午後1:05~1:20 テキストが市販されています。

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
解消! つらい首の痛み			乳幼児の 心肺蘇生法	Q&A
原因を突き止める	痛みをやわらげる	手術療法の選択		首の痛み
9	10	11	12	13
血糖値高めから要注意 糖尿病予備軍			増える 若者のうつ	Q&A
血糖値を知ろう	進む動脈硬化	生活習慣を 改善しよう		糖尿病 予備軍
16	17	18	19	20
徹底管理! 痛風・高尿酸血症の対策			サインを見逃さない 鉄欠乏性貧血	Q&A
発作の原因は	合併症を防ぐ 薬物療法	尿酸値を下げる 生活習慣		痛風・高 尿酸血症
23	24	25	26	27
ほうっておけない 胆のうの病気		脳腫よう 最新情報	せきつい手術の ナビゲーション・ システム	Q&A
胆石の治療	胆のうがんの治療			胆のう

ここが聞きたい! 名医にQ

NHK教育テレビ 毎週土曜日 午後8:00~8:59
 再放送は翌週土曜日 午後1:00~1:59

2週連続でひとつのテーマについて「名医」がわかりやすく病気の話をしてくれます。
 (アンコール放送は1週のみ)

- 5/31 [肺がん](#) (アンコール放送)
- 6/7 [腰痛](#) (アンコール放送)
- 6/14・21 [乳がん](#)

近隣の病院・医院の閉院のため、新規の患者さんの受診が増えています。

新患の場合、診察時間が長くなりますので、予約なしで来院されますと、待ち時間がかなり長くなります。診察・健診とも、できる限り予約をお願いいたします。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9~12	○	○	検査	○	○	○	×
午後4~7	○	○	×	○	○	×	×