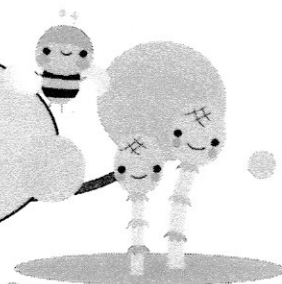


国保だより

令和3年度
第9号
R4.3月発行



特定健診の検査項目って??

来月の4月5日から特定健診が始まります。

今回は特定健診で検査している項目がそれぞれ何を意味しているのか、どんな病気と関係しているのかをご紹介します。

	検査項目	基準値	何を意味しているの??	関連のある病気
体格	身長・体重			
	BMI	18.5-24.9	身長と体重のバランス。肥満度の判定。	肥満
	腹囲	男：85 cm未満 女：90 cm未満	内臓脂肪の蓄積度合い	
血圧	収縮期血圧	51-129	心臓が血液を送り出す時に血管に加わる力	高血圧 動脈硬化
	拡張期血圧	84 以下	心臓が血液をためている時に血管にかかっている力。	
脂質代謝	総コレステロール	140-199	すべてのコレステロールの量。コレステロールは細胞やホルモンの材料として欠かせないもの。	脂質異常症 動脈硬化
	中性脂肪	30-149	主にかからだのエネルギー源になる脂肪の一種。	
	HDL コレステロール	40 以上	余分なコレステロールを回収して動脈硬化を予防する脂質。善玉コレステロール。	
	LDL コレステロール	60-119	全身にコレステロールを運ぶ役割がある脂質。悪玉コレステロール。	
	non-HDL コレステロール	90-149	HDL 以外のコレステロール。動脈硬化に関係が深いと考えられている。	
糖代謝	空腹時血糖	70-99	お腹が空いている時の血液中の糖の量。	糖尿病 動脈硬化
	HbA1c	5.5 以下	過去1～2ヶ月の平均的な血糖値。検査直前の飲食に左右されない。赤血球中に含まれるヘモグロビンに糖がくっついたもの。	
	尿糖	(-)	尿中に含まれる糖の有無。本来は検出されない。	
肝機能	AST (GOT)	0-30	肝臓と心筋、骨格筋に多く含まれる酵素。	アルコール性肝炎 心筋梗塞
	ALT (GPT)	0-30	肝臓のみに多く含まれる酵素。	脂肪肝 肝炎
	γ-GTP	0-50	肝臓の解毒作用に関する酵素。	アルコール性肝障害 肝炎
検尿	蛋白	(-)	尿中に含まれるたんぱく質の有無。本来は検出されない。発熱や疲労により一時的に出ることもある。	糖尿病性腎症 糸球体腎炎
	潜血	(-)	尿中に含まれる血液の有無。本来は検出されない。	糸球体腎炎 膀胱炎 結石

腎機能	クレアチニン	0-1.00	老廃物の一種。腎機能が正常ならほとんどが尿中に排泄される。	腎機能障害 糸球体腎炎
	推定 GFR 値	60 以上	腎臓が尿を作る(老廃物を排泄する)能力。	慢性腎臓病 (CKD)
尿酸	尿酸	0-7.0	細胞が分解された後にできる老廃物。	痛風 (高尿酸血症) 腎不全
血液一般	赤血球	430-570	全身に酸素を運んで、二酸化炭素を回収している赤血球の量。	貧血 多血症
	ヘモグロビン	13.1-18.0	赤血球の中に含まれるたんぱく質。酸素を全身に運ぶ役割を担っている。	
	ヘマトクリット	40-55	一定量の血液の中に含まれる赤血球の容積。	
	心電図	異常なし	心臓が収縮を繰り返す時に発する電気刺激の波形。	虚血性心疾患 不整脈

ここまでの検査は集団健診を受診された方は全員無料で実施しています。

- ✧ 眼底検査については、健診において血圧もしくは血糖値が一定の基準に該当し、医師が必要と認めた者が実施

検査項目	基準値	何を意味しているの??	関連のある病気
眼底検査	0	目の奥の網膜を撮影。網膜にある動脈は脳動脈から続いているので脳の血管の状態がわかる。	脳の動脈硬化

歯科健診も無料で実施しています!!

集団健診では希望者に無料で歯科医師による歯科健診と歯科衛生士によるブラッシング指導を実施しています。歯科健診では歯だけではなく、歯茎や口腔粘膜まで診察していただけるので、ぜひご利用ください!!

✧ **歯周病は生活習慣病に関係している!**

✧ **歯の残存本数は誤嚥性肺炎有病率や介護認定度に関係している!**

自分の歯が残っている数が多いほど、誤嚥性肺炎を起こしにくく、介護認定度は低いことがわかりました。

✧ **歯科健診受診率が高い市町村ほど残存本数が 20 本以上ある割合が高い!!**

⇒ 県 受診率:40.0% 20 本以上自分の歯が残っている割合:20%

本町 受診率:35.7% 20 本以上自分の歯が残っている割合:14.4%

✧ **本町の歯科健診受診率は県内ワースト2位!!**

4月の集団健診を希望する国保の方で、4月になっても健診セットが送ってこないという方は福祉保険課：73-1202までお電話ください。