

国民健康保険に加入している皆さんへ

# 特定健康診査を受けて、 糖尿病を予防しよう！

～健診受診者の約半数が糖尿病要注意以上～

問い合わせ

国保・医療給付グループ  
(☎85 1771)

市国民健康保険では、40歳以上の方を対象に『特定健康診査（生活習慣病健診）』を実施しています。特定健診の大きな目的は、本人の自覚症状がない間に進行する生活習慣病を、予防が可能な段階で発見することにあります。

今月号では、進行すると失明や人工透析が必要な重い合併症を生じる恐れのある“糖尿病”についてお知らせします。

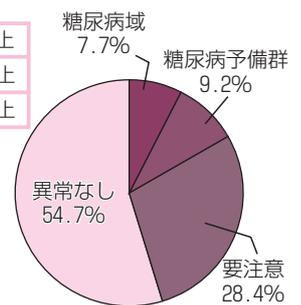
## ◎平成20年度の健診結果から

平成20年度の健診受診者のうち、糖尿病に関する項目で全く異常がなかった方が54.7%で、残りの45.3%は糖尿病域も含めた要注意以上と判定されています。（右図参照）

血糖値の検査：HbA1c（ヘモグロビン・エー・ワン・シー）  
（過去1～2カ月の血糖の状態を調べたものです）

登別市の状況

糖尿病域	HbA1c 6.1以上
糖尿病予備群	HbA1c 5.6以上
要注意	HbA1c 5.2以上



この特定健診で要注意と判定された多くの方が、「自分が糖尿病になる危険性が高いとは、思いもよらなかった」と感想を漏らしています。中には、全く自覚症状がなく健康だと思い込んでいた方が、初めて健診を受けて『糖尿病で入院治療が必要』と診断された方もいます。

このように、糖尿病は本人が気付かない間に進行していくため、毎年健診を受けなければ、予防の段階で発見するのは難しいことが分かります。

## ◎血糖値が高いとどうしてよくないの？

血糖値が高いまま放置していた場合、動脈硬化が進み、全身の血管に障害がでている恐れがあります。三大合併症の『糖尿病性網膜症』『糖尿病性神経障害』『糖尿病性腎症』は、HbA1cが高くなるほど、発症の危険性がとても高くなります。

また、心筋梗塞や脳卒中の危険性も非常に高くなります。



## ◎合併症がでると、医療費も増大

糖尿病性腎症で、人工透析が必要になると、1カ月で約43万円、1年で約516万円もの高額な医療費がかかります！

また、人工透析は一生続けなければならず、医療費だけでなく、大切な時間もたくさん費やすこととなります。



## 事例 Aさんの場合

Aさんは、定年前は職場で毎年健診を受けていましたが、退職してからは健診の機会がなく、長い間受けていませんでした。今回、“特定健診受診券”が送られてきて健診のことを知り、数年ぶりに受診しました。健診結果から、糖尿病であることが分かり、直ちに専門医療機関を受診するよう勧められ、血糖コントロールのため、インスリン注射がすぐに開始されました。

合併症の検査も行い、腎臓はまだ問題ありませんが、神経障害がでてきていること、目の中の細い血管がもろくなってきているので経過を診る必要があるという説明がありました。

Aさんは、「特に体調が悪いこともなかったし、自分が糖尿病になっていたなんて知らなかった。糖尿っていうけど、尿が甘いにおいがするということもなかったし、以前は太っていたけれども体重は減ってきていたので、やせてきて逆に良いことだと思っていた」と、糖尿病の自覚症状もなかったようです。

→もしもAさんが今年健診を受けていなかったら…もっと状態が悪くなっていたかもしれません。

糖尿病は自覚症状がなく、Aさんのように、尿に糖がでたり、体重が減ることは、かなり進んでからでないと起こりません。

糖尿病の早期発見には、血液検査すなわち健診しかないのです！