

医療コラム 国保でわかる！健康安心！——

獨協医科大学 准教授 種市 ひろみ

春が来て……健康を考える

春が来て、暖かな日差しの中、お出かけする機会も多くなっているのではないのでしょうか。野山の草花を眺めながら気持ちよく散歩するのは、何より健康でいることが大切です。

にかかったり、一時的な理由の場合もありますが、高血圧や糖尿病のように、継続して受診する必要のある方も多くいらっしゃいます。

他の市町と比べると

実際、どのような理由で医療機関を受診しているのでしょうか。栃木県には、25市町があることは、皆さんご存知ですね。まず、市町別に比較してみました。たくさんの方のデータの中から、特に気になるデータの県内順位を表1に示してみます。

さて今日は、下野市の医療費・特定健診のデータを見てみたいと思います。26年度の特定健診に来ていただいた方は、約4,400人。自分の健康に関心を持って、健診を受けに来てくださいました。「さて、今年の結果はどうか」と楽しみに、あるいはドキドキしながら健診結果を待っていたのではないのでしょうか。

実は、特定健診を受けられた方の約9割は、様々な理由で病院受診されています。つまり、病院とは全く縁がないという方は本当に少ないのです。例えば、風邪をひいたり、歯医者さん

どうも、下野市の特定健診を受診された方は、糖尿病、高血圧、脂質異常症（高脂血症といったほうがピンとくるでしょうか）で病院受診されている方が多いようです。さらに、気になるのは、それらの3つの病気を併せ持つ方の割合が、25市町中第1位であることです。なぜ気になってくるのかと言いますと……

表1 疾患別：特定健診受診者の医療機関受診状況

	下野市	栃木県	県内順位
糖尿病	25.8%	23.8%	5位
高血圧	47.1%	46.1%	5位
脂質異常症	77.6%	77.9%	10位
上記3疾患	16.5%	14.1%	1位

*平成25年国保データより



病気になるればなるほど、病院に行ったり、薬を飲んだり、大変です。もちろん医療費もかかります。しかし、それ以上に厄介なのは、他の病気になるリスクがとて、も高くなることです。例えば、心筋梗塞などの心疾患ですが、脂質異常症と高血圧、2つの病気にかかると、心疾患になる危険度が2倍

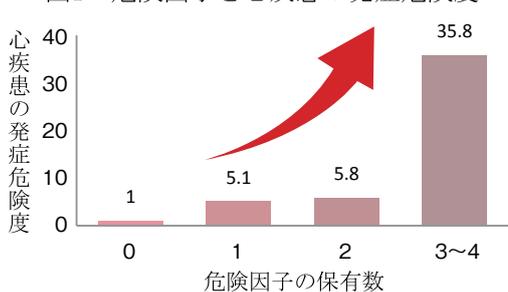
あなたは大丈夫？

医療機関にかかっている人が多いということは、定期的に受診して、治療を受けているということかもしれません。

健診に出かけませんか

「病院受診しているから、健診を受けなくても大丈夫だよ」、「一回受けたからもういいよね」と言う方も多いと聞いています。でも、毎年いろんな可能性を考えて健康をチェックする機会が重要です。まだ未体験の方、しばらく受診していない方、今年は健診に来てみませんか。

図1 危険因子と心疾患の発症危険度



*厚生労働省：新たな健診・保健指導対策より改変

参考資料

平成26年国民健康保険医療費データベース
平成26年特定健診データベース