

# 年に1度、健康チェックしましょう!

# 特 定 健 診

私たちの健康をおびやかす生活習慣病は、とくに自覚症状なく進行するので、健康状態を確認するためには毎年の健診が欠かせません。特定健診では、生活習慣病の原因ともなるメタボリックシンドローム予防に重点をおいた検査を行い、その早期発見により生活習慣病を予防します。



## 対象者

40歳以上75歳未満の、国民健康保険の被保険者が対象となります。



## 受診方法

特定健診は年に1回行われます。案内などを必ず読んで受診しましょう。

費用に関しては各医療保険者により異なりますのでご確認ください。



## 特定健診の検査内容

メタボリックシンドロームおよびその予備群の発見に着目した検査内容となります。内臓脂肪の蓄積を調べるための「腹囲」や「BMI測定」のほか「血圧」「血糖」「脂質」「肝機能」の項目に加え、「問診」で喫煙歴などの生活習慣に関する質問を行います。



### 基本的な健診(必須項目)

質問票への記入	服薬歴や喫煙歴などを確認します
身体計測・診察など(肥満・高血圧など)	身体計測(身長・体重・BMI・腹囲)、 理学的所見(身体診察)、血圧測定
脂質を調べる検査(肥満・脂質異常など)	中性脂肪、HDLコレステロール、 LDLコレステロール(non-HDLも可)
代謝系を調べる検査(高血糖など)	血糖、HbA1c、尿糖 (やむを得ない場合は、随時血糖)
肝機能を調べる検査(肝機能障害など)	AST(GOT)、ALT(GPT)、 $\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP)
尿・腎機能を調べる検査(腎臓病など)	尿たんぱく



### 詳細な健診(医師が必要と判断した人)

貧血を調べる検査	赤血球数・血色素・ヘマトクリット
その他	心電図検査・眼底検査、クレアチニン