

からだ
知っていますか?あなたの身体

特定健診を受けましょう!



めざせ! 健康寿命日本一!



日常生活の中で取り組める健康情報を発信します

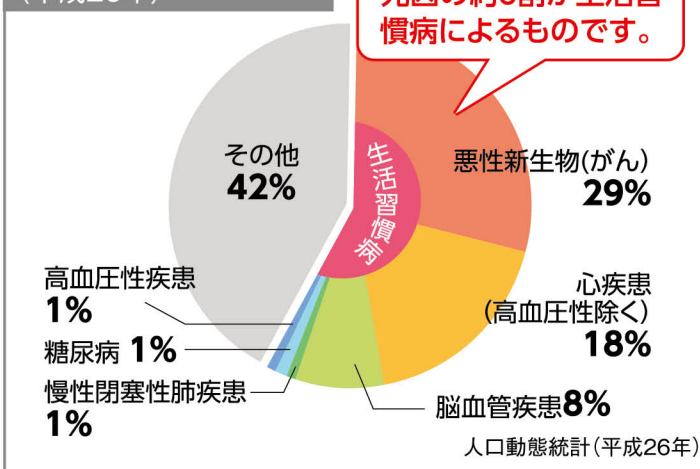
vol. 74

特定健康診査(特定健診)は、**40~74歳の人**を対象にした**メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)**に着目した**健康診断**です。

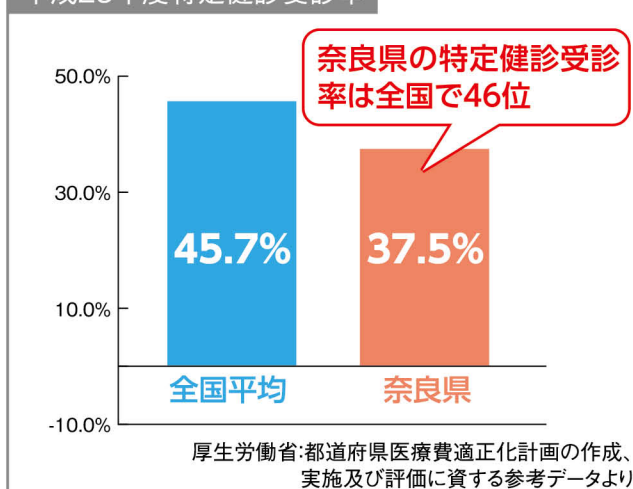
メタボリックシンドロームは動脈硬化を進行させ、生活習慣病の危険が高まることがわかっています。健診結果により、医師や保健師等の専門家による改善のための情報提供やアドバイス等の支援が受けられます。

特定健診を受けて、生活習慣病の**早期発見・予防**につなげましょう!!

奈良県死因別死亡数割合 (平成26年)



平成25年度特定健診受診率



Q1 特定健診ってどんな検査をするの?

A1 次のような基本的な検査が行われます。

- 質問票(服薬歴、喫煙歴等)
- 身体計測
- 血圧測定
- 身体診察
- 検尿
- 血液検査(脂質・血糖・肝機能)など

Q2 どうやって受診するの?

A2 医療保険者(国民健康保険、全国健康保険協会、共済組合等)から受診案内があります。

会社などにお勤めの方は、定期健診と兼ねている場合があります。詳しくは、ご加入の医療保険者にお尋ねください。

Q3 通院中の場合も受診するの?

A3 通院中の治療とあわせて生活習慣を見直すきっかけにしてください。



専門家のアドバイス

早期の生活習慣病は、自覚症状に乏しく、自分では気づきにくいものです。40歳を過ぎれば、特定健診などの健康診断を積極的に受けて、自らの健康状態を把握し、命に関わる病気の予防につなげてください。

一般社団法人奈良県医師会 理事
榎野医院 院長

まきの ひさはる
榎野 久春 さん

