



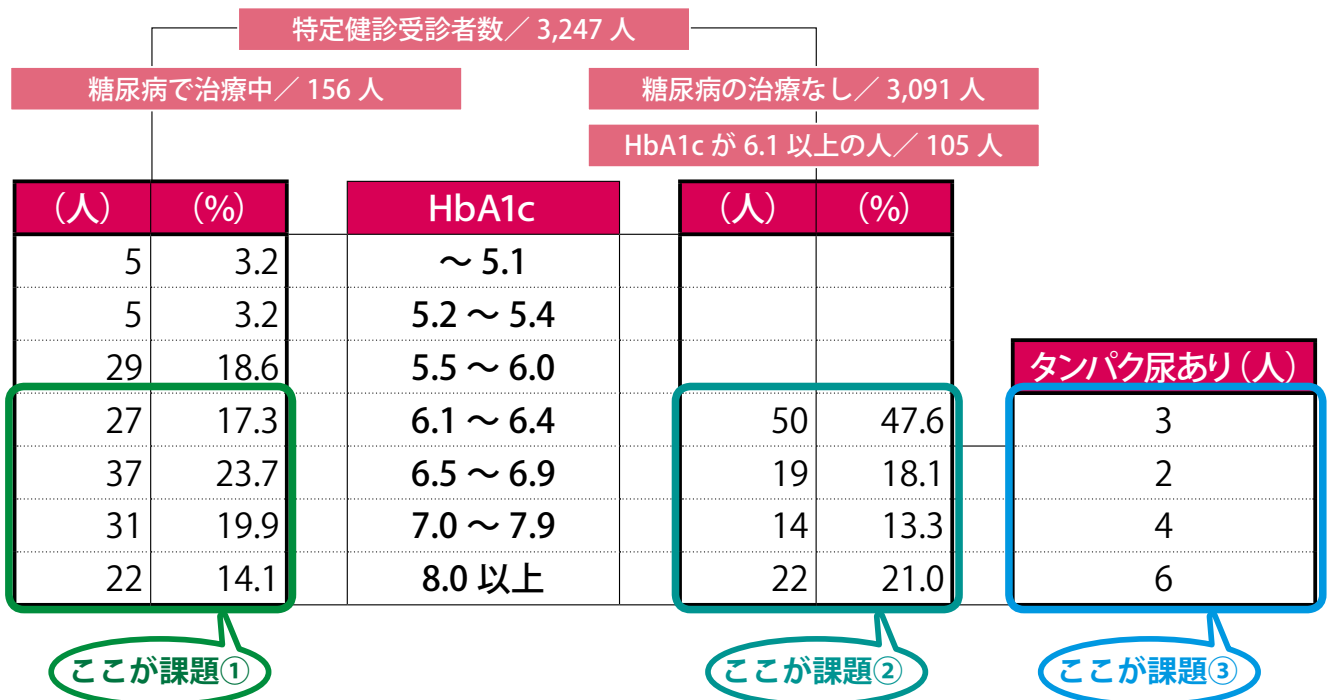
「平成21年度特定健診の結果は？パート②」

— 特定健診・保健指導シリーズ④ —

前回に引き続き 21 年度の健診結果についてお知らせします。今回は、曾於市の健診結果から重点課題としてあげられる「糖尿病」について分析をしました。

糖尿病は、皆様もご存知のとおり生活習慣病の代表選手で合併症の怖い病気です。その中でも①糖尿病性網膜症②糖尿病性腎症③神経障害は三大合併症と言われています。

健診結果からみえてくる曾於市の糖尿病の課題とは？



「HbA1c」の結果の見方 (参考)

HbA1cとは 1～3ヶ月間の平均血糖値でその間の血糖コントロールが良かったかどうかを調べます。

5.2以上…保健指導が必要 6.1以上…医療機関受診が必要 6.5以上…治療が必要 7.0以上…合併症のおそれあり

課題① 糖尿病で治療をしているが、検査値が下がらない？

考えられる要因として、「薬を飲んでいるから・・・と安心して食事や運動に気を付けていない」「薬をきちんと飲んでいない」などがあげられます。

主治医の指示を守り、食事や運動も積極的に取り組み、悪化防止に努めましょう。

課題② 医療機関受診・治療が必要な方が 105 人も…。

健診は生活習慣病の予防のために実施しますが、なかには自覚症状がある方もいるのでは？紹介状をもち、早めに医療機関を受診しましょう。

課題③ すでにタンパク尿が出てる人も…。

糖尿病が悪化すると、腎臓機能にも影響しタンパク尿が出る場合があります。HbA1cだけでなく尿検査も注意しましょう。

平成21年度のご自分の特定健診結果をもう一度見てみましょう。

次回のテーマは「私はこうして頑張った」です。