

平成20年4月から始まる 内臓脂肪症候群 (メタボリックシンドローム)に 着目した特定健診・特定保健指導に ついて

- 医療保険者に対し、40歳以上75歳未満の被保険者及び被扶養者を対象とする、内臓脂肪型肥満に着目した健診と保健指導の事業実施が義務化されます。
- 内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出する健診となります。

項目	これまでの健診・保健指導		これからの健診・保健指導
健診-保健指導の関係	健診に付加した保健指導	最新の科学的知見と、課題抽出のための分析	内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出する健診
特徴	プロセス(過程)重視の保健指導		結果を出す保健指導
目的	個別疾患の早期発見・早期治療	→	内臓脂肪型肥満に着目した早期介入・行動変容 リスクの重症がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期に介入し、行動変容につながる保健指導を行う
内容	健診結果の伝達、理想的な生活習慣に係る一般的な情報提供		自己選択と行動変容 対象者が代謝等の身体のメカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣の改善を自ら選択、行動変容につなげる
保健指導の対象者	健診結果で「要指導」と指摘され、健康教育等の保健事業に参加した者		健診受診者全員に対し、必要度に応じ、階層化された保健指導を提供 リスクに基づく優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」を行う
方法	一時点の健診結果のみに基づく保健指導 画一的な保健指導	行動変容を促す手法	健診結果の経年変化及び将来予測を踏まえた保健指導 データ分析等を通じて集団としての健康課題を設定し、目標に沿った保健指導を計画的に実施 個人の健診結果を詳しく解くとともに、ライフスタイルを考慮した保健指導
評価	アウトプット(事業実施量)評価 実施回数や参加人数		アウトカム(健診・保健指導結果)評価 糖尿病等の有病率・予備群の25%減少
実施主体	市町村		医療保険者

特定健康診査の項目

必須項目

- 質問票 (服薬歴、喫煙歴 等)
- 身体計測 (身長、体重、BMI、腹囲)
- 理学的検査 (身体診察)
- 血圧測定
- 血液検査
 - 脂質検査 (中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)
 - 血糖検査 (空腹時血糖又はHbA1c)
 - 肝機能検査 (GOT、GPT、 γ -GTP)
- 検尿 (尿糖、尿蛋白)

詳細な健診の項目 (一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に実施)

- 心電図検査
- 眼底検査
- 貧血検査 (赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値)

保健指導対象者の選定と階層化

ステップ1	腹囲 BMI	(1) 腹囲 男性85cm、女性90cm以上 (2) 腹囲 男性85cm、女性90cm未満 かつBMI 25以上		
ステップ2	①血糖	空腹時血糖 100mg/dl以上	HbA1c 5.2%以上	薬剤治療中
	②脂質	中性脂肪 150mg/dl以上	HDLコレステロール 40mg/dl未満	薬剤治療中
	③血圧	収縮期血圧 130mmHg以上	拡張期血圧 85mmHg以上	薬剤治療中
	④質問票	喫煙歴あり	(①から③のリスクが1つ以上の場合にのみカウント)	
ステップ3	(1)の場合①～④の追加リスク0 (2)の場合①～④の追加リスク0		→	情報提供レベル
	(1)の場合①～④の追加リスク1 (2)の場合①～④の追加リスク1又は2		→	動機づけ支援レベル
	(1)の場合①～④の追加リスク2以上 (2)の場合①～④の追加リスク3以上		→	積極的支援レベル
ステップ4	○服薬中の者については、医療保険者による特定保健指導の対象としない。 ○前期高齢者(65歳以上75歳未満)については、積極的支援の対象となった場合でも動機づけ支援とする			