
高額療養費と限度額適用認定証

<高額療養費>

1か月（1日から月末まで）に医療機関等の窓口で支払った医療費が、自己負担限度額（ホームページ高額療養費制度参照）を超えた場合に、超えた額が申請により払い戻される制度です。（月をまたいだ場合はそれぞれの月ごとに計算します。また、入院時の差額ベッド代や食事代、保険外の負担分は対象となりません。）

★自己負担分は世帯で合算できます（世帯合算）

同一月内に同一世帯（※）で21,000円以上の自己負担が複数ある時は、これらを合算して自己負担限度額を超えた金額が支給されます。

●合算対象のポイント

個人ごと、医療機関（医科・歯科別）ごと、入院、外来（+薬局）ごとに分け、それぞれ算出された自己負担額が21,000円以上の場合に合算対象となります。また、70歳以上75歳未満の方は、保険適用分の支払いすべてを合算できます。

※ここで言う世帯とは、協会けんぽに加入している被保険者とその被扶養者です。

▲多数該当

同一世帯で1年間（診療月を含めた直近12か月）に3回以上高額療養費の支給を受けている場合は、4回目からは自己負担限度額が軽減されます。

詳しくはコチラ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3030>

<限度額適用認定証>

医療機関等の窓口での支払いが高額になった場合、あとから申請することで払い戻しがされる「高額療養費制度」について上記にご説明いたしました。

しかしながら、払い戻しがされるとはいえ多額の入院費用等を一時的に支払うことは大きな負担になりかねません。

そこで、70歳未満の方が、「限度額適用認定証」と保険証を併せて医療機関等の窓口で提示すると1か月（1日から月末まで）の支払いが自己負担限度額までとなりますので入院する際には、限度額適用認定証の交付手続きをとられることをおすすめします。

なお、限度額適用認定証がお手元に届くまで、ご申請から一週間程度要します。入院の予定が決まりましたら、お早目のお手続きをお願いいたします。

※限度額適用認定証を使用したものとは別に合算対象があれば、別途「高額療養費」の申請が必要となります。

詳しくはコチラ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat310/sb3020/r151>

季節の健康情報

▼時期に応じた健康情報や健康レシピをご紹介します！ぜひご覧ください。

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g5/cat520/h30/300501001>

ドクターすなみの脳のおはなし

第123回 血圧といえば思い出します

血圧と言えば、思い出すのは医学部5年生のとき。5年生から白衣を着て患者さんを診させていただくのですが、内科の外来でのことでした。ある患者さんを前に、

教授が学生に

「この患者さんの血圧を測ってみなさい。じゃ君！」
と、わたしを指名しました。今は見なくなった水銀血圧計で型どおりに測定しようとするのですが、コロトコフ音が聞きとれません。

「わかりません」

と答えました。

「血圧もろくに測れないのか。じゃ君！」

と隣の学生に指示しました。彼もわからないと答えました。

患者さんはクッシング病という病気で、血圧が300を超えており、血圧計の目盛りは260までで測定不能だったのです。このときからその教授が嫌いになってしまいました。

卒業後、お会いすることがあり、お話しする機会があつて、血圧についてはインパクトのある講義をしようといろいろと考えた末に測定できないのはなぜか？と学生に考えさせるためであつたと聞き、なるほどと今では尊敬する教授の1人となっています。

さて、コロトコフ音 (Korotkoff sounds) は血管を強く圧迫した後、徐々に緩めていくと、突然、血流音が聞こえ始めます。このときの値を収縮期血圧と呼び、やがて音が聞こえなくなるときの値を拡張期血圧と呼びます。この血流音の変化から簡単に血圧測定できる方法を見出したのがコロトコフで、1905年のことでした。ニコライ・セルゲイエヴィチ・コロトコフ (1874年2月26日-1920年3月14日) はロシアの外科医で、46歳の若さで結核で亡くなりました。

血圧を測定できるようにはなりましたが、その血圧がどれくらいがいいのか。その研究はもっとあとのことになります。降圧剤が発売されるのは1953年の交感神経抑制薬が最初と思われ、戦前には血圧を下げるには膀胱から尿を排出させる導尿くらいしか方法がありませんでした。

1945年2月4~11日、クリミア半島のヤルタで行われたアメリカのルーズベルト大統領、イギリスのチャーチル首相、ソ連のスターリン首相のヤルタ会談。まず、フランクリン・ルーズベルト米国大統領は、ヤルタ会談から2か月後、63才の若さで脳出血で亡くなったとされ、かなりの高血圧があつたものと思われまふ。次にウィンストン・チャーチル英国首相は90才と長命でしたが、脳卒中で左半身麻痺となり、その16日後に永眠しました。高血圧があつたものと思われまふ。もう1人、ヨシフ・スターリン首相は74才で脳出血で亡くなったとされ、血圧が300を超えていたという報告もあり、高血圧症が原因であつたことは間違いないと思われまふ。

このようにヤルタ会談の3人ともが脳卒中で亡くなっており、ヤルタ秘密協定が取り決められたときに果たして3人ともが心身ともに健康であつたのか、疑問に感じるとの取沙汰も後の世に多くなされています。

当時、降圧剤がすでにあつたならば、脳卒中は予防できたかもしれず、高血圧を知り、適正な血圧を保つことは中高年になると健康を維持する重要なポイントです。100才以上の長命な方も毎年増えています。超高齢者の研究も進んでおり、血圧はみな正常であるとのことです。

脳卒中予防10か条その第1条は「手始めに高血圧から治しましょう」

脳神経外科医 角南 典生 (すなみ のりお)

=====

▼こちらから「Salud!えひめ」のバックナンバーをご覧ください。

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/cat130>

Salud (サルー) とはスペイン語で「健康」「乾杯」を意味する言葉です
同僚や友人ご家族に「Salud!えひめ」をぜひご紹介ください。

全国健康保険協会 (協会けんぽ) 愛媛支部
〒790-8546 松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟1階
TEL 089-947-2100 (代表)
ホームページ <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/>

機密性 2

▼配信停止を希望される方はこちらから

https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_1/index.do

▼登録情報を変更されたい方はこちらから

https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_2/index.do

※現時点の登録情報が記載されていますので上書き入力にて変更してください。
