

協会けんぽ みやざき



未治療者に対する受診勧奨

早期に医療機関への受診が必要な方へお知らせしています

医療機関への受診が必要な方へのお知らせとは？

健診において、血圧値・血糖値またはLDLコレステロール値が高く、医療機関への受診が必要と判定された方で、受診が確認できない方に対して、下図の案内をご自宅へお送りいたします。その後も医療機関への受診が確認できない場合は、協会けんぽから文書、または電話でご連絡させていただきますことがあります。



◎血圧値・血糖値およびLDLコレステロール値の受診勧奨のご案内

あなたは今すぐ医療機関に受診を！
健診結果を踏まえた次の行動が重要！

この通知は健診結果において、血圧値、空腹時血糖値(またはHbA1c)、LDLコレステロール値が「要治療」「要精密検査」と判断された方のうち、健診受診前月および健診受診月を省いた健診受診後3か月以内に医療機関の受診が確認できなかった方にお送りしています。なお、本状と行き違いで既に医療機関にご相談、受診されていたら失礼のほど何卒ご容赦ください。受診の際は医師の判断の参考となりますので、本状と健診結果をお持ちください。

あなたの健診結果は		血圧	血糖	HbA1c値	脂質
収縮期血圧値	拡張期血圧値	空腹時血糖値	HbA1c値	LDLコレステロール値	
mmHg	mmHg	mmHg	mg/dL	%	mg/dL
収縮期血圧値 (mmHg)	拡張期血圧値 (mmHg)	空腹時血糖値 (mg/dL)	HbA1c値 (%)	LDLコレステロール値 (mg/dL)	
<120	<80	<100	<5.6	<120	
120-129	80-89	100-125	5.6-6.4	120-139	
130-139	90-99	126-199	6.5-12.5	140-179	
140-159	100-109	≥200	≥12.6	≥180	
160-179	≥110				
≥180					

気づかぬうちに…「生活習慣病」

私たちの健康に大きく関係する生活習慣病。その多くは、運動不足、不適切な食生活、喫煙、過度な飲酒等の不適切な生活の積み重ねによってメタボリックシンドロームとなり、これが原因となって引き起こされます。放置することで症状が悪化し、元の健康な状態に戻ることが困難とされています。今すぐ医療機関を受診することをお勧めします。

レベル1

- 身体活動・運動不足
- 不適切な食生活 (エネルギー・塩分・脂肪の過剰等)
- 喫煙 ● 過度の飲酒 ● 過度のストレス

レベル2

- 肥満 ● 高血糖 ● 高血圧 ● 脂質異常

レベル3

- 肥満症 (特に内臓脂肪型肥満)
- 糖尿病 ● 高血圧症 ● 脂質異常症

レベル4

- 虚血性心疾患 (心筋梗塞・狭心症等)
- 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
- 糖尿病の合併症 (失明・人工透析等)

レベル5

- 半身の麻痺 ● 認知症
- 日常生活における支障

※メタボリックシンドロームとは、おおよそ15以内臓脂肪が蓄積することや高血圧、高血糖、高血圧・高血糖・脂質異常等が認められ、生活習慣病になりやすくなる状態のことです。

出典：厚生労働省「生活習慣病のイメージ」を基に作成

高血圧、高血糖、脂質異常を放置するとどうなる？

正常血圧と比べて血圧が高くなるほど脳卒中(脳出血・脳梗塞等)の発症リスクが高まります。

収縮期血圧値: 160mmHg以上
拡張期血圧値: 100mmHg以上
収縮期血圧値: 180mmHg以上
拡張期血圧値: 110mmHg以上

5.2倍
8.4倍

出典：日本高血圧学会
「高血圧治療ガイドライン2019」を基に作成

高血糖の状態を放置すると、場合によっては、人工透析が必要になってしまいます。

その約4割は糖尿病性腎症が原因です。

出典：日本透析医学会統計調査委員会
「わが国の慢性透析療法の実況(2020年12月31日現在)」

LDLコレステロール値が180mg/dL以上の人は、100mg/dL未満の人と比べて

約3~4倍

出典：厚生労働省 健康局
「標準的な健診・保健指導プログラム(平成30年版)」

動脈硬化
脳出血・脳梗塞
狭心症・心筋梗塞
糖尿病
網膜症
腎症
神経障害

自覚症状もないのに受診する意味がある？

高血圧症、糖尿病や脂質異常症等の生活習慣病は、自覚症状がないまま徐々に進行するもの。治療せずに放置すると、動脈硬化などが急速に進み、心疾患等が発症する危険度が高くなります。

健診で「要治療」「要精密検査」の結果が出たら、自分の身体の状態を見直す大きなターニングポイント。

早期に受診することで、重大な病気のリスクを下げられます。

自覚症状がないのに医療機関への受診は必要？

生活習慣病は自覚症状がないまま徐々に進行するため、治療せずに放置すると、動脈硬化などが急速に進み、心疾患等が発症する危険度が高くなります。健診を受診した結果、治療が必要と判定された場合は、医療機関を受診することをお勧めいたします。

健診受診後は、結果に基づく対応が非常に重要です。事業主さまは、健診結果が“要精密”または“要治療”の方に対し、病院受診のお声がけ等をお願いいたします。



「かかりつけ医」を持とう！

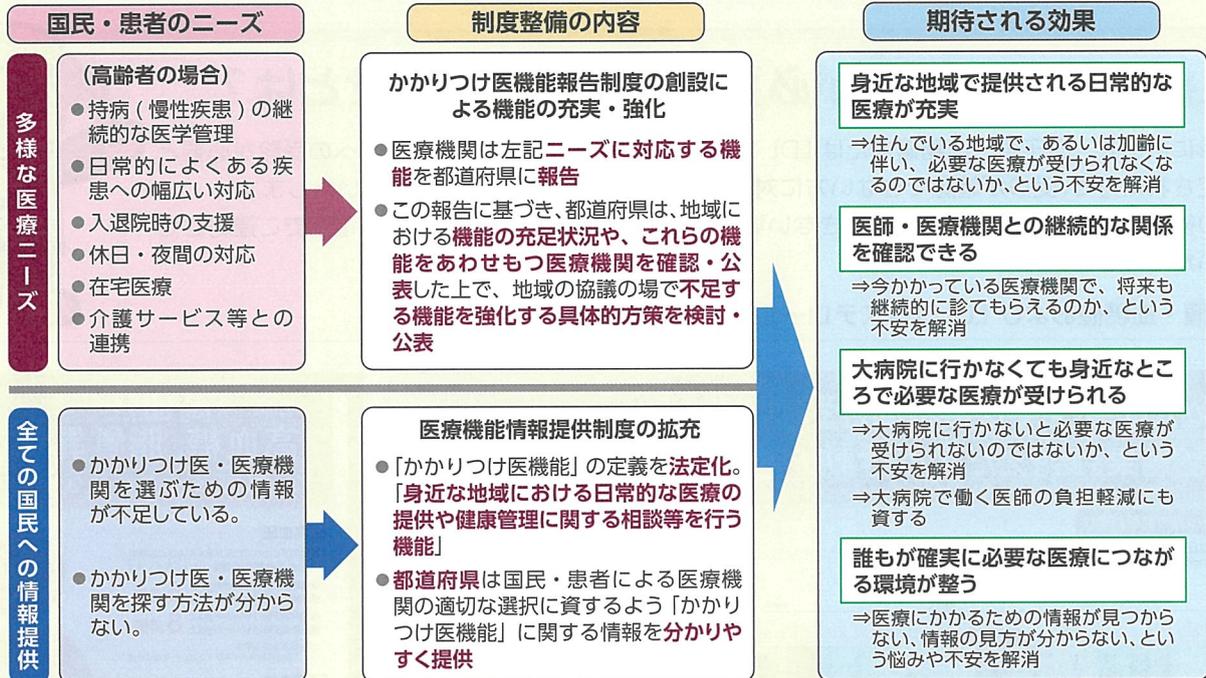
今後さらなる高齢者の増加と生産年齢人口の減少が見込まれる中、医療保険財政と医療資源が限界を迎えることを踏まえ、効果的で効率的な医療提供体制の構築が必要不可欠となっています。

また、コロナ禍で必要な治療を受けられないという問題が顕在化した背景にも、医療機能の分化・強化と連携に向けた改革として、「かかりつけ医機能」に関する制度整備が最重要課題となっています。

今回は、今話題の「かかりつけ医」の整備状況と制度に期待される効果をお伝えします。

かかりつけ医機能が発揮される制度整備(骨格案)

- 国民・患者はそのニーズに応じてかかりつけ医機能を有する医療機関を選択して利用。
- 医療機関は地域のニーズや他の医療機関との役割分担・連携を踏まえつつ、自らが担うかかりつけ医機能の内容を強化。



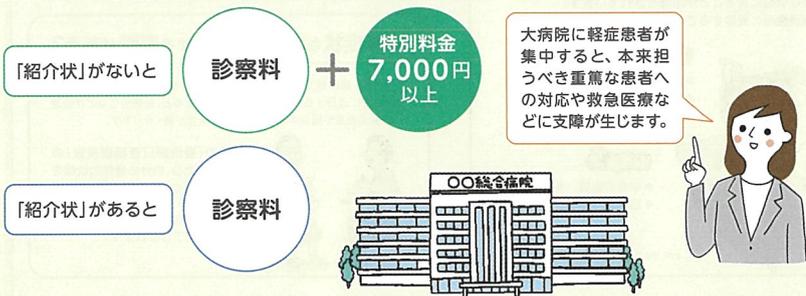
※医師により継続的な管理が必要と判断される患者に対して、医療機関が、かかりつけ医機能として提供する医療の内容を説明することとする(書面交付など)。

かかりつけ医からの紹介状の発行があれば、大学病院などの大病院を受診するときに医療費を抑えることができます！



いきなり大病院を受診すると特別料金がかかる

紹介状なしで大学病院等の大病院を受診すると、診察料に加えて7,000円以上の特別料金がかかります。



紹介状とは？

かかりつけ医が精密な検査やより高度な治療が必要と判断したときに紹介状を発行します。



健康に関することを何でも相談できる身近で頼りになるお医者さんがかかりつけ医です！この機会にかかりつけ医を持ちましょう！



全国健康保険協会 宮崎支部
協会けんぽ

協会けんぽ 宮崎

検索

〒880-8546 宮崎市橘通東1-7-4 第一宮銀ビル5階

TEL 0985-35-5364 FAX 0985-35-5393

自動音声でご案内します

案内①業務(給付、保険証、任意継続など)

案内③レセプト(レセプト、第三者行為(交通事故等))

案内②保健(健診、特定保健指導など)

案内④企画総務(保険料率、健康宣言など)

保険証を使用できるのは
退職日までです！

従業員本人だけでなく、扶養家族も含めて退職日の翌日から使えません。保険証は扶養家族分も含めて必ず返却してください。

令和5年度は2月を除く毎月発行予定です。