



熊本県は、若い世代の 糖尿病患者が多い!!

全国の特健診結果からわかったこと

(第3回NDBオープンデータより)

HbA1cは、過去1～2か月間の血糖のコントロールを見る検査で、糖尿病の診断に用いられます。HbA1c 6.5%以上は要治療であり、8.0%以上では、糖尿病の合併症（腎症、網膜症、神経障害）の発症リスクがグンと上がっていきます。

HbA1c (%) 項目の年齢別有所見者数(多い順) **50～54歳 男性**

順位	6.5以上8.0未満	8.0以上8.4未満	8.4以上
1位	宮 城	青 森	熊 本
2位	熊 本	熊 本	和歌山
3位	石 川	石 川	鹿児島
4位	鹿児島	沖 縄	愛 媛
5位	青 森	北海道	栃 木

HbA1c (%) 項目の年齢別有所見者数(多い順) **40～44歳 女性**

順位	6.5以上8.0未満	8.0以上8.4未満	8.4以上
1位	秋 田	栃 木	熊 本
2位	高 知	青 森	鳥 取
3位	鹿児島	熊 本	茨 城
4位	沖 縄	北海道	和歌山
5位	茨 城	静 岡	愛 媛
22位	熊 本		

すらっと!

生活習慣病予防通信

2019年12月1日号
発行
八代市健康推進課
TEL 32-7200

男性は働き盛りの
50歳代前半
女性はさらに若い
40歳代前半に
多い!!



47
都道府県中

糖尿病は、**心臓病**とも関係が深い!!



平成30年度八代市国民健康保険「特定健診」結果より
受診者のうち、HbA1c 8.0%以上の方は98人でした。
**このうち、約4割の方に心電図検査で異常所見
がみられています。**

心臓病の発症予防は、糖尿病などの生活習慣病を予防することです。

定期的に特定健診を受けましょう

八代市国保の特定健診の検査項目は、中のページをご覧ください。

1年に1回は、『特定健診』を受け、自分の体の状態を知りましょう！

特定健診受診率
平成30年度(速報値)

34.2%

(目標 60%)



八代市国民健康保険 特定健診の検査項目

【身体測定】

身長・体重・BMI・腹囲
★内臓脂肪の蓄積をみます

【肝機能】

GOT(AST)
GPT(ALT)
γ-GTP(γ-GT)
★肝臓の機能
★肝臓内の脂肪の蓄積をみます

肥満 (★内臓脂肪の蓄積)

内臓脂肪が増えると・・・

インスリンの働き
が悪くなる

中性脂肪がたくさん
つくられる

血栓がつくられる

血圧が上がる

【血糖】

空腹時血糖

HbA1c(過去1～2か月
間の平均血糖値)
★糖代謝をみます

【血中脂質】

LDLコレステロール
中性脂肪
HDLコレステロール
★血液中の脂肪をみます

【血圧】

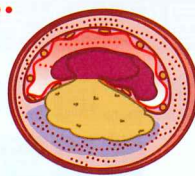
収縮期血圧
拡張期血圧
★血管にかかる圧
をみます

【貧血】

ヘモグロビン

高い数値をそのままにしておくと...

動脈硬化が進みます！



尿酸



糖尿病

脂質異常症

高血圧症

未治療・治療中断で、さらに高い数値をそのままにしておくと...

【心電図検査】

★心臓が規則正しく
動いているかをみます

【眼底検査】

★血管の状態をみます

【腎機能】

クレアチニン・eGFR・尿検査
★腎臓のろ過機能をみます

狭心症・心筋梗塞

脳卒中

慢性腎不全・人工透析

虚血性心疾患
1億3,929万円

脳血管疾患
2億9,490万円

慢性腎不全・人工透析
7億5,235万円

(年間)
の医療費
八代市国保

KDBシステム 平成30年度「健診・医療・介護データからみる地域の健康課題(累計)」より



ワンコイン!で受けられます

八代市国保の特定健診では、受診された全ての方を対象に
「心電図検査」「眼底検査」を実施しています。

※医療機関健診の一部の医療機関では、「眼底検査」は、八代市医師会健診センターで受けて頂きます



「心電図検査」では何がわかるの？

♥働きものの心臓

心臓は微量の電気を周期的に発生していて、その電気が心臓の筋肉（心筋）を伝わることによって、1日に約10万回の収縮・拡張を繰り返し、その力で全身に血液を送っています。生まれてから亡くなるまで、休むことはありません。もちろん、寝ている間もドクンドクンと働いています。

「心電図検査」は、その電気の状態をチェックして、心臓が規則正しく動いているか、心筋に傷害がないかなどを検査しています。



気になる自覚症状

心臓発作の自覚症状は、人それぞれ違います。胸のドキドキ（動悸）、息切れ、軽い胸の痛み、刺すような胸の痛み、重苦しさなど、なかには、**症状のないまま病状が進行する場合があります。**

「眼底検査」では何がわかるの？

目（網膜）の血管は、脳の血管が枝分れしたもので、**脳の血管の状態を推測**することができます。高血糖・高血圧・脂質異常により起こる動脈硬化や眼底出血などの有無や程度が分かり、全身の血管の状態を予測することができます。

また、糖尿病や高血糖（HbA1c 7%以上）が長年続いている方は、合併症である「糖尿病性網膜症」の発症の危険性が高まり、失明につながることもあります。発症しても自覚症状がないため、網膜の状態を見る大切な検査です。



検査結果後の対応について

- ◎要精密検査、要治療の判定がでた方は、眼科を受診してください。
- ◎高血圧や高血糖があった場合は、内科での指導や治療を受けてください。