



毎月5日発行

Monthly 情報掲示板

社会保険労務士法人MAC 税理士法人 望月会計
TEL:0263-34-4488
FAX:0263-34-0054

第126号

メタボ健診・特定保健指導受診で 健康改善 & 医療費抑制効果を確認

◆生活習慣病患者は今も増加中

「メタボ」（メタボリックシンドローム）とは、内臓肥満があり、血圧、脂質値、血糖値のうち2つ以上に異常を認める症候群のことです。

また、「生活習慣病」とは、偏った食事や運動不足など、好ましくない習慣や環境の積重なりにより発症リスクが高まる病気の総称であり、高血圧、脂質異常症、糖尿病などがあります。

現在、1,140万人超の生活習慣病患者がおり、医療費や介護費の負担増に繋がるとして改善が急務とされています。

◆メタボ健診・特定保健指導とは？

「メタボ健診」は、正式には「特定健康審査」といいます。40～74歳の方を対象に、従来の健診に加えて腹囲の測定やBMI指数の計算等を行うものです。

「特定保健指導」は、メタボ健診の結果、複数のリスクがある人に対し、保健師・管理栄養士等が生活習慣の改善などをアドバイスするものです。

◆受診による健康改善効果

国立循環器研究センターが厚生労働省のデータベースから100万人超のデータを分析したところ、特定保健指導受

診者は、未受診者に比べ3年後にメタボと診断される割合が31%減少し、腹部肥満も33%改善していました。血圧、中性脂肪、コレステロールの値なども、改善しています。

◆受診による医療費抑制効果

協会けんぽが約26万人のレセプトデータを分析したところ、男女ともすべての年齢層で、特定保健指導対象者は、非対象者より男性は約7,001円、女性は約1万1,264円医療費が高いことが確認されました。

さらに、特定保健指導受診者の医療費は未受診者より約2割安く、健康状態の把握や指導による医療費抑制効果が確認されています。

◆2018年度からは肥満でない方も対象に

これまで腹囲やBMI指数が一定以上の方が対象だった特定保健指導ですが、近年、肥満でない方も生活習慣病になることが明らかになりました。

そこで、2018年度から項目を見直し、血圧、血糖、血中脂質の各検査結果を基に心筋梗塞などのリスクの有無を判断し、腹囲が基準以上の人は減量を目指す指導の対象とし、基準未満の人には非肥満者向けの指導が実施されま

す。これまで「自分には関係ない」と思っていた方も、注意が必要かもしれません。