

生涯収入アップ!

【働き盛りの健康情報集】

# 特定健診、受けていますか？

あなたは、最近  
特定健康診査を  
受けましたか？



どこも悪くない  
ので受ける必要  
はないです！

毎日忙しくて  
休む暇ないし・・・



ちょっと  
まって!

健康な生活習慣



生活習慣病の多くは、  
はっきりした症状が  
ないまま進行するこ  
とが多いのです。

そこで油断していると  
症状が進んでしまい、  
治療費がかさんだり、  
普通の生活を送れなく  
なる恐れがあります。

メタボリックシンドローム該当者・非該当者の医療費  
(平成21年度 厚生労働省分析) (単位:万円)

65~69歳	該当者	非該当者	差額
男性	40.2	31.8	8.4
女性	37.1	26.8	10.3

メタボの人は、  
医療費がおおよそ  
2~3割増し!

# 特定健診で見つけられる主な生活習慣病

## 《高血圧症》

自覚症状がなくても、高血圧の状態が続くと、心筋梗塞や脳出血の原因となります。

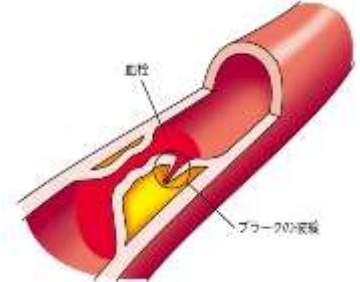


## 《脂質異常症》

血液中のコレステロールや中性脂肪等の脂質量の異常を脂質異常症と呼びます。

血液中に LDL コレステロールが多くなると血管壁に付着し動脈硬化の大きな原因となります。

初めはほぼ自覚症状がありませんが、動脈硬化が進むと、心筋梗塞や脳梗塞等を引き起こします。



過剰な中性脂肪は肝臓や脂肪細胞に蓄積される他、血液中に遊離脂肪酸として放出されるとインスリンの分泌を妨げます。

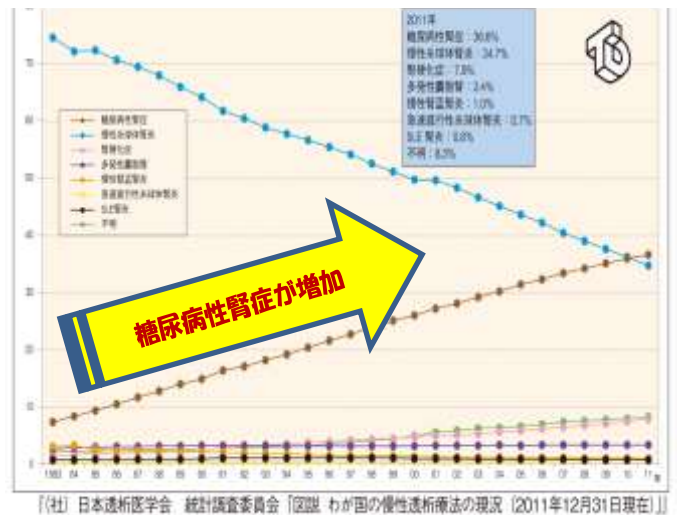
## 《糖尿病》

高血糖の状態が続くことにより血管や神経が傷つけられ、失明や腎不全、手や足の壊疽など様々な合併症の原因となります。

早めの治療開始、生活習慣の改善で、症状の悪化を防ぎましょう。



## 糖尿病腎症が原因で透析を受ける方が増えています



平成 25 年 5 月更新

**特定健診は、少額の自己負担で健康をチェックできる絶好のチャンスです。将来、医療や介護の負担が重ならないよう、この機会を活かしましょう！**

【発行：仙南地区地域・職域連携推進部会】

お問い合わせは、宮城県仙南保健所 成人・高齢班まで (Tel 0224-53-3120)