

ミニレポート vol.26

「メタボ健診」で生活習慣病を予防



ウチヌノ人事戦略事務所 社会保険労務士 内布 誠

「メタボ健診」で生活習慣病を 予防

◆4月からスタート

「太りすぎは健康に悪い」と言われますが、最近では、特に内臓脂肪による肥満が生活習慣病に大きく関わっていることが判明しています。2008年4月から、この内臓脂肪に着目した特定健診・特定保健指導、通称「メタボ健診」が始まりました。

◆メタボ健診とは

「メタボリック・シンドローム」とは、腹囲が男性 85 センチ以上/女性 90 センチ以上を基準とする「内臓脂肪による肥満」に加えて、高血圧・高血糖・脂質異常のうち2つ以上が該当する状態を指します。該当者は、糖尿病などの生活習慣病の一手前で、脳卒中や心臓病の発症にもつながりやすい状態です。そこで、健康診断を実施して該当者やその予備軍を探し出し、生活習慣の改善指導を受けてメタボ脱出を目指してもらうこととなります。これが「メタボ健診」です。

◆具体的な内容

メタボ健診の対象は、40～74 歳の人です。政管健保をはじめ、企業健康保険組合、市町村の国民健

康保険などの公的医療保険運営者が健診・指導を実施します。

健診の結果、メタボリック・シンドロームに該当した人は、生活習慣の改善指導を受けます。最初に面談や講習を受け、その後も3～6カ月にわたって定期的に専門家から面談や電話でアドバイスを受けることとなります。「腹囲は基準以上だったが、そのほかに数値が悪かったのは1項目だけである」メタボ予備軍に該当する場合は、最初の面談だけとなります。

また、各医療保険運営者には、健診結果を電子情報として蓄積することも義務化されました。国民の健康状態が把握しやすくなり、また、健診情報と患者が病院で治療を受けたときの診療情報を併せて分析した総合的な判断もしやすくなります。

◆メタボ健診の狙い

メタボ健診のそもそもの狙いは、生活習慣病の予防による医療費の抑制です。厚生労働省によると、生活習慣病の医療費は国民医療費の3分の1を占めています。医療費抑制のためには、こうした生活習慣病の発症や悪化を予防することが欠かせません。健診・指導費はかかりますが、発症または悪化前の生活指導による改善により、結果的に将来の医療費を抑制する考えです。

始まったばかりの「メタボ健診」。有効であるのか、それとも制度の見直しの必要があるのか、もう少しばかり注視する必要がありそうです。