

健診結果を活用しよう -健診追加項目の見方-

羽曳野市国民健康保険では、特定健診を皆様の健康にご活用いただくため、健診結果と医療費の関係について取りまとめています。今回はその結果から、羽曳野市独自で追加している健診項目の見方について慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学 教授 岡村智教先生に教えていただきました。

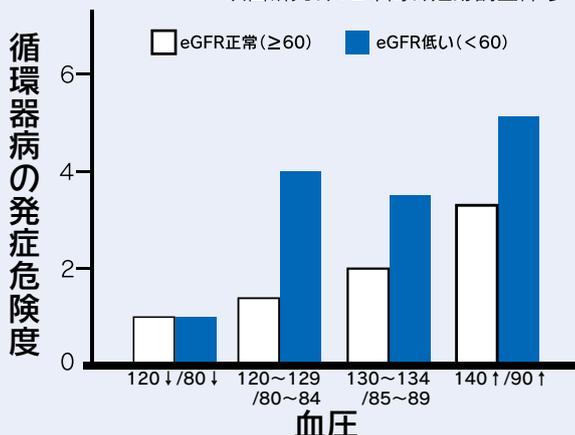
「eGFR について」

腎臓はこぶしくらいの大きさで背中側の下のほうに左右に2つあります。主な役割は血液中の老廃物をろ過して尿として排出することです。腎臓の働きが悪くなると尿をうまく作れなくなり、血液中の老廃物の濃度が高くなります。その代表的なものがクレアチンです。そしてクレアチンから腎臓の働きを計算した指標がeGFRで、この値が60未満だと腎臓の働きが悪いと考えられます。eGFRが低い人は将来腎臓の働きがさらに悪くなって透析まで進んでしまう人もいます。またeGFRが低いと正常な人の2倍くらい脳卒中などになりやすいこともわかっています。eGFRが低くなる原因として多いのは高血圧や糖尿病です。図は数千人の人を12年間追跡して血圧の区分やeGFRの低下と循環器病(脳卒中と心筋梗塞)の関係を示したものです。ここでは至適血圧(※)かつeGFR正常を1とした時の循環器病の発症率を示しています。一目瞭然ですが血圧が高くなるほど発症率は高く、また同じ血圧区分でもeGFRが低いと発症率が高くなっています。逆に言うとeGFRが低くても血圧をしっかり下げればそんなに心配しなくてもいいということになりますし、同じことが血糖値(糖尿病)にも言えます。

(※) 至適血圧…循環器病を起こさないための理想的な血圧

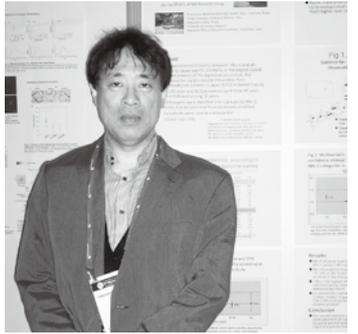
血圧とeGFRの循環器病への影響(男性)

-吹田研究の12年間の追跡調査から-



至適血圧:最大血圧 120未満かつ最小血圧80未満; 正常血圧:最大血圧 120-129または最小血圧 80-84; 正常高値血圧:最大血圧 130-134または最小血圧 85-89; 高血圧:最大血圧 140以上または最小血圧90以上

羽曳野市の健診には、国の法律で実施することが決まっている検査項目と、市で独自に追加したものの2種類があります。



【岡村智教 教授】

痛風・腎機能がわかる、尿酸やクレアチンなどの血液検査や心電図は市で独自に増やした検査項目です

(計14項目)。実はここまで多くの検査項目を追加して健診内容を充実させている市はあまり多くありません。このチャンスを生かして是非、健康管理に活用していきましょう。今回はその中でeGFR(クレアチン)とCRPについて解説します。

「CRP について」

一方、炎症とは、何か有害な刺激を受けている時に体を守るようとする免疫の働きで起こる現象です。傷口などが赤く腫れあがって熱感を伴うような場合が典型的な例ですが、症状がない軽度の炎症が隠れていることもよくあります。CRPは昔から炎症の有無を調べる血液検査として使われていましたが、最近、測定法が進歩してごく軽微な上昇でも測れるようになりました。無症状でCRPが上昇する病気としては、初期のリウマチや膠原病、結核などがありますが、動脈硬化などが静かに進んでいる場合でも高くなります。例えば羽曳野市の2007年度の健診データを分析して、CRP値を喫煙者と非喫煙者と比べると、喫煙者のほうが高く、動脈硬化などが進んでいると考えられました。また具体的な病名まではわかりませんが、CRPが高い人のほうが通院や入院治療を多く受けている(国保医療費もたくさん使っている)ことがわかりました。

いずれにせよ最初は異常があってもまったく無症状なことがほとんどなので、健診で基準を超えていたら迷わずかかりつけの先生に相談してください。

いかがでしたか？

健診開始から5年がたちました。年々受診して下さる方が増え、昨年は初めて8500人を越えました。

皆様の身近な方で健診をご利用いただいていない方がおられましたら是非受診をお勧めください。

特定健診はメタボだけの健診ではありません。太っていても、やせていても、病気で通院中でも、毎年うけて健康管理にお役立てください！

問合せ：保険年金課保健事業担当 ☎958-1111 内線1761