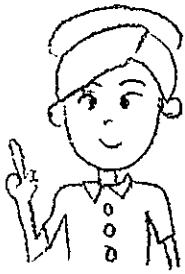


ほほえみ窓

第 258号
令和2年
4.1 発行



今回は生活習慣病と健康診断についてです。
ぜひ、ご覧下さい。



生活習慣病とは？

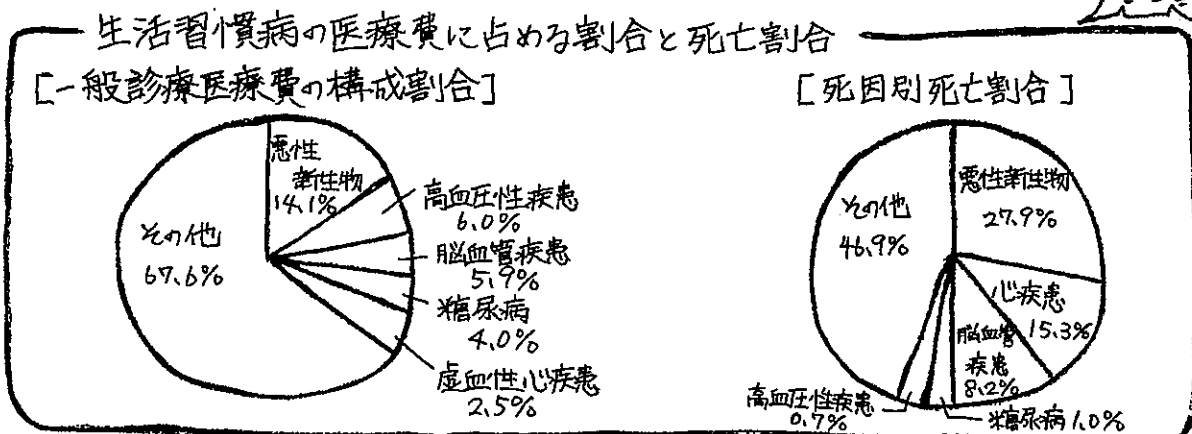
厚生労働省は1996年、食生活、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの「健康的とは言えない生活習慣により引き起こされる病気」をまとめて「生活習慣病」としました。食事も運動などの生活習慣は高血圧、脂質異常症、糖尿病などと深く関連していると言われ、更に日本人の三大死因であるがん・脳血管疾患・心疾患は「三大生活習慣病」と言われています。

国の対策と医療費等の関係

2000年の「健康日本21」に次いで、2008年には新たに強力な生活習慣病撲滅対策として特定健診が進められています。

「生活習慣病」は医療費の約3割・死亡者数の約5割を占め、寝たきり等の生活の質にも関係が深いとされています。

早期発見のため、特定健診の受診や生活習慣改善はとて大切です。



特定健診とは？

日本人の死亡原因の約5~6割を占める生活習慣病の予防のために、

40歳から74歳までの方を対象に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診を行います。(加入保険により異なります)

当院でも特定健診を実施しておりますので、未受診の方はお問い合わせください。