

8 循環器疾患

目標

- 目標 1** 特定健康診査・特定保健指導の実施率を向上させる
- 目標 2** メタボリックシンドロームの該当者や予備群を減らす
- 目標 3** 脳血管疾患・虚血性心疾患による死亡率を下げる
- 目標 4** 高血圧を改善する
- 目標 5** 脂質異常症の人を減らす

指標

		現 状	目 標
指標 1-1	特定健康診査実施率※1	25.7%※2	60%※4
指標 1-2	特定保健指導実施率※1	7.2%※2	60%※4
指 標 2	メタボリックシンドローム 該当者と予備群の割合※1	28.7%※2	25.8%※4
指標3-1	脳血管疾患の年齢調整死亡率 (人口 10万人当たり)	男女 性性 50.3※3 24.8※3	42.3 22.8
指標3-2	虚血性心疾患の年齢調整 死亡率(人口 10万人当たり)	男女 性性 36.6※3 15.8※3	31.5 14.1
指 標 4	収縮期血圧が140mmHg以上 の人の割合※1	男女 性性 28.7%※2 23.0%※2	25.8% 20.7%
指 標 5	LDLコレステロール値が 160mg/dl以上の人の割合※1	男女 性性 11.0%※2 15.9%※2	9.9% 14.3%

※1 名古屋市国民健康保険特定健康診査による

※2 名古屋市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導の実績(平成23年度)より

※3 名古屋市人口動態調査(平成22年の結果を集計)より

※4 名古屋市国民健康保険第2期特定健康診査等実施計画と合わせ、平成29年度を目標年次とする。

市民のとりくみ

□毎日の生活を見直してみませんか！

- ・塩分や脂肪をとりすぎないようにしましょう。
- ・自分の適正体重を知り、維持していきましょう。
- ・運動する習慣を身につけましょう。
- ・禁煙に取り組みましょう。
- ・過度の飲酒はやめましょう。

□健診を受けて、早めに健康チェック！

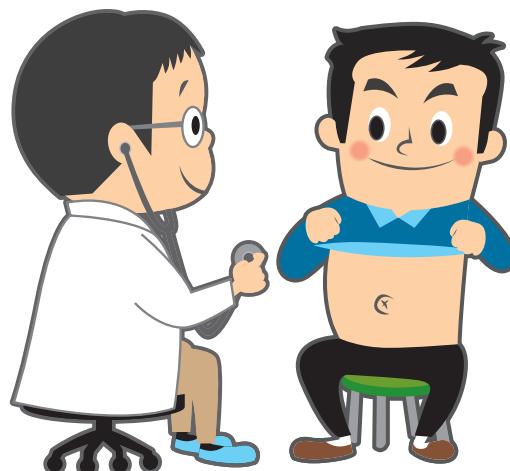
特定健康診査をはじめとした健康診断を積極的に受けて、セルフチェックをしましょう。また、特定保健指導等を活用して日常生活を改善し、健康度をさらにアップしましょう。

□健診で、病気の疑いを指摘されたら、すぐに医療機関へ！

健診で、指摘された病気の疑いをそのままにしていると、病気が重症化する場合があります。病気を重症化しないためには、早期発見・早期治療が必要です。

□治療の中止は、病気を重症化します！

病気を治すには、自己判断で中止せず、治療を続けることが大切です。



市のとりくみ

●生活習慣が健康に及ぼす影響に関する情報提供を進めます。

- ・循環器疾患の危険因子である高血圧、脂質異常症、喫煙、糖尿病に関する知識の普及を図るため情報提供に努めます。
- ・地域における健康教育等を充実します。
- ・特定健康診査・特定保健指導の利用環境を整備し、実施率の向上をめざします。

●地域の医療機関、医療保険者、学校、企業、地域団体等と連携し、循環器疾患を予防し、発症と重症化の予防に取り組みます。

これまでの経過と課題

高血圧で治療している人

名古屋市における「健康に関する市民アンケート」(平成23年度)によると、通院している疾病のうち男女ともに高血圧で通院している人の割合が最も高く、男性20.9%女性19.6%で、平成13年度のアンケート調査より男性は7.4ポイント、女性は6.2ポイント増加していました。

収縮期血圧が高い人

名古屋市国民健康保険特定健康診査受診者(平成23年度)のうち収縮期血圧が140mmHg以上の人割合は、男性28.7% 女性23.0%となっています。

脳血管疾患や虚血性心疾患を予防するには、血圧を下げ、血圧を正常域に保つことが大切です。

脂質異常症の人

名古屋市国民健康保険特定健康診査受診者(平成23年度)のうち、LDLコレステロール値が160mg/dl以上は男性11.0%、女性15.9%となっています。

循環器疾患の危険因子の一つである脂質異常症を減少するため、生活習慣を見直し、セルフチェックを行うことが大切です。

名古屋市国民健康保険特定健康診査の実施率

平成23年度の名古屋市国民健康保険特定健康診査受診者実施率は25.7%であり、年齢が下がるほど受診率は低く、40歳代における受診率は13%台と若い世代の受診が進んでいない現状です。そのため健診の意義を認識していただけるような取り組みを進めるとともに、受診しやすい環境を整備していく必要があります。

健康コラム

血圧値を知って健康管理を！

脳卒中などの脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患は、がんと並んで日本人の主要死因の大きな一角をしめています。循環器疾患を予防するためには、危険因子である高血圧、脂質異常症、喫煙、糖尿病の管理を行うことが大切です。特に、高血圧は、脳卒中などの脳血管疾患や虚血性心疾患、慢性心不全など、あらゆる循環器疾患の危険因子であり、国民の循環器疾患の発症や死亡に大きく影響しています。名古屋市における「健康に関する市民アンケート」(平成23年度)でも通院治療している疾病のうち、男女ともに高血圧の割合が最も高くなっています。

高血圧を改善するためには、栄養(減塩、肥満者の減少等)や運動面での生活習慣を改善することが必要です。

また、平成20年4月より40～74歳の方を対象とした特定健康診査・特定保健指導、75歳以上の方を対象とした後期高齢者特定健康診査が始まり、健診結果により高血糖、高脂質、高血圧、喫煙習慣の有無等の危険因子に対する保健指導が行われています。こうした健診を定期的に受診していただくとともに、身体全体を細かくチェックすることができる人間ドックや、脳の病気を調べるために脳ドックなども活用することで、自分の健康状態をしっかりと把握し、生活習慣改善に取り組むことが重要です。