

メタボ健診

40-74歳対象

心疾患など危険減らす

今年四月から、四十一歳七十四歳を対象に特定

健診、通称「メタボ健診」が始まった。内臓脂肪の蓄積による肥満に加え、高血圧、高血糖、脂質異常が重なると、心疾患などの危険が高まるメタボリック症候群を減らすためだ。将来の医療費削減も狙うが、

「お酒の席が多いので、通勤時にバスを乗るのを量意識して減らして、やめ二十五分ずつ歩く」といいますね。「エ」となると続けた結果、約レベーターはなるべく使わずに一日一万歩を目指してください」

三菱電機に勤務する浅田和宏さん(38)は三月月に一度、保健師からこう

将来の医療費削減も狙う

した保健指導を受けている。肥満度を示すBMIで対象者をふるいにかける。

行動の歯止め

同社の健康保険組合は以前から四十歳未満にも保健指導を実施。浅田さんは二〇〇六年の健診で中性脂肪が正常値を超えたため、指導を受けた。ごはんを一杯分減らし、

腹囲の基準を超えた場合、血圧、血糖値、脂質異常が一つある人はメタボ予備軍、二つ以上ならメタボ該当者。喫煙している人なら一つでも該当者。腹囲はクリアしてもBMIの基準を超えた場合は予備軍や該当者とな

る。予備軍は「動機づけ支援」の指導対象で面談が原則一回だ。該当者は積極的支援の対象で、面談の後、三月以上継続して食事や運動などの指導をメールや電話などで受ける。いずれも六月月後に実績を評価する。

特定健診については、さまざまな角度から疑問。例がない大実験。特定健診については、さまざまな角度から疑問。例がない大実験。特定健診については、さまざまな角度から疑問。例がない大実験。

健診検査項目

項目名	保健指導判定値	受診が必要とされる値
血圧(最高)	130mmHg以上	140mmHg以上
血圧(最低)	85mmHg以上	90mmHg以上
中性脂肪	150mg/dl以上	300mg/dl以上
HDLコレステロール	39mg/dl以下	34mg/dl以下
LDLコレステロール	120mg/dl以上	140mg/dl以上
空腹時血糖	100mg/dl以上	126mg/dl以上
ヘモグロビンA1c	5.2%以上	6.1%以上
肝機能	AST(GOT) 31U/l以上	51U/l以上
	ALT(GPT) 31U/l以上	51U/l以上
	γ-GT(γ-GPT) 51U/l以上	101U/l以上
血色素量(ヘモグロビン値)	男性 13.0g/dl以下	12.0g/dl以下
	女性 12.0g/dl以下	11.0g/dl以下

クリニック

特定健診・特定保健指導 内臓脂肪型の肥満に高血圧、高血糖、脂質異常が重なり心疾患や脳卒中の危険性が高まるメタボリック症候群を減らすため、今年四月から始まった。医療制度改革の一環で、早めの予防による医療費削減が狙い。一般には職場で従来通り健診を受ければ、データが保健組合に提供され、特定健診を受けたことになる。メタボ該当者や予備軍は保健師などから生活習慣を改善するための保健指導を受ける。

も投げかけられている。まず、腹囲との関係だ。「BMIと死亡率の関係はあるが、腹囲で将来の心疾患や健康状態を予測できる根拠がない」(岡田正彦・新潟大医学部教授)。

腹囲基準は男性より体格が小さい女性の方が大きい。やせていて高血圧や高血糖、脂質異常の人は保健指導の対象外だ。また東海大の大櫛陽一教授によると、約五万人の過去のデータを今回の基準に当てはめて試算したところ、男性六割、女性五割が医療機関への受診勧奨対象となった。大櫛教授は受診増により四

H20.11.19(水)



保健師⑥から食事や運動などの保健指導を受ける
浅田さん (東京都千代田区の三菱電機本社)

特定健診・保健指導の判定方法

腹 囲	検査項目				対 象	
	①血糖	②脂質	③血圧	喫煙歴	40～64歳	65～74歳
85cm以上(男性) 90cm以上(女性)	2つ以上該当				積極的支援 (該当者)	動機付け 支援 (予備軍)
	1つ該当					
上記以外で BMI25以上					積極的支援 (該当者)	動機付け 支援 (予備軍)
	3つ該当					
	2つ該当					
	1つ該当					

注：① 血糖は空腹時血糖が100mg/dl以上、またはヘモグロビンA1cが5.2%以上
 ② 脂質は中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満
 ③ 血圧は最高130mmHg以上、最低85mmHg以上
 BMIは体重(kg)÷身長(m)²

女性への効果疑問視

基準甘く「因子」見逃しも

特定健診については、メタボを判定するための腹囲基準が男性より女性の方が甘いなど、女性への健診効果を疑問視する声が上がっている。

腹囲基準は男性は八五センチ以上、女性は九〇センチ以上で、体格差とは逆に女性の方が緩い。欧米などの基準では男性の方が大きくなっており、日本とは逆だ。

この基準に対し、東大医学部の門脇孝教授は「女性の場合、九〇センチで」

は高血圧などの危険因子が二つ以上ある人の80%を見逃すことが調査で分かっている。八〇センチなら75～80%を見つけることができる」と指摘。「女性」

は男性ほど内臓脂肪がたまっていないとしても、危険因子が出やすい」とする。もう一つは、閉経前の女性ホルモンの関係で、内臓脂肪の蓄積が抑制されやすく、健診がターゲットにしている心疾患の発症率が低い点だ。

現在、門脇教授を中心に、厚生労働省研究班で基準や年齢による影響差も含めた研究を進めており、今後見直しにつながる可能性もある。

さらに、腹囲測定については、立った状態でその位置になつていて、肋骨の下と骨盤の上の骨のない位置で測る国際的な基準と異なるといった指摘もある。

性差医療に詳しい千葉県衛生研究所の天野恵子所長は「費用対効果を考えると女性の健康のためには乳がんや子宮頸がん検診に力を入れた方がいい」と話している。

このように、メタボ判定

に「三つ以上該当」を要する

保健指導や医療指導を受ける

ことになった。戸田大と協定

検査結果に「要指導」として

示されている