

# 高血圧注意報発令中

## 血圧を特定健康診査で確認

1月上旬に、平成30年度健康診査申込書(兼受診状況調査書)を全世帯に送付しました。

この申込書は、市民の方全員の健(検)診の受診状況の調査も兼ねていますので、市の健(検)診を申し込まない人(職場などで健診を受ける人)も記入して、同封の返信用封筒にて、郵送または市役所本庁・各支所まで提出をお願いします。

### ■健診はなぜ受けるの？

健診は全身のからだの状態を知り、普段の生活習慣を振り返る良い機会となります。

また、高血圧や糖尿病などの疾患を早期から予防することができ、適切な治療を受けることによって重症化を予防することができます。

健診受診者と健診未受診者の生活習慣病の一人当たり医療費(平成27年度)は、未受診者が36,833円、受診者が9,308円で、約4倍の差がありました。(2017・5月1日号・健康啓発シリーズ⑫参照)

健診を受診することで、生活習慣を改善し、高血圧や糖

表1：特定健診受診者数

	対象者	受診者	受診率
平成25年度	12,597人	5,000人	39.7%
平成26年度	12,237人	4,887人	39.9%
平成27年度	11,770人	4,976人	42.3%

表2：特定健診実施結果有所見者状況(高血圧)

	血 圧			
	収縮期血圧		拡張期血圧	
	人数	割合	人数	割合
	140mmHg以上		90mmHg以上	
村上市	958人	23.5%	403人	9.9%
新潟県	37,948人	22.1%	18,753人	10.9%



尿病といった生活習慣病の発症を予防できたり、適切に医療機関で受診することによって、脳血管疾患などの重症化予防になります。

また、医療費の抑制にもつながっています。

### ■村上市の特定健診の状況

平成27年度の特定健診受診者は、4,976人(受診率42.3%)となっており、年々受診率は微増傾向にあります。(表1)

また、特定健診受診者(平成27年度)のうち、高血圧と診断される「収縮期血圧140mmHg以上」の市民の平均割合が、新潟県民の平均よりも高い状況にあります。(表2)

高血圧は自覚症状がなく進行し、状態が悪化してから気付くことが多い病気です。

そして、高血圧は脳血管疾

患(脳梗塞やクモ膜下出血など)や心疾患(心筋梗塞や狭心症など)、慢性腎臓病などの病気を引き起こす要因のひとつです。

健診会場での1回の血圧測定で、高血圧とは判断できませんが、健診を全身の状態を知る良い機会とし、保健師や栄養士などと一緒に生活習慣の改善策を一緒に考えてみましょう。

### ■忘れずに、健診を受けましょう

5月頃に個人記録表と、健診日程などを送付する予定です。夕方や日曜日にも健診を実施していますので、平日は忙しくて都合がつかない方も、自分のため、家族のためにも、年に1度は健診を受けましょう。

健診日程は市ホームページや、市報むらかみでお知らせします。医療機関での個別受診もありますのでぜひ、かかりつけ医と相談し、健診を受診しましょう。