

データヘルス計画を策定しました

高齢化の進展などによって、国全体の医療費は増大しています。健康寿命の延伸を進め、医療費の増加を緩やかにすることが強く求められています。西原町国民健康保険(国保)では、健診データや医療・介護の

レセプト(診療報酬明細書)のデータ情報を分析し、国保加入者の健康保持増進のため、今後取り組むべき対策や効果的な保健事業を示したデータヘルス計画(平成27年度〜29年度)を策定しました。

今回は、平成26年度の評価から一部を抜粋して、紹介します。なお、西原町国民健康保険データヘルス計画と評価は西原町のホームページ※でご覧になります。

※トップページ↓施政方針計画↓計画

データヘルス計画が目指すもの

データヘルスってなんだろう？

①効果的な保健事業の実施

健診データやレセプトデータの情報を分析・活用して、対象者をリスク別に分け、効率的・効果的な健康づくりを実施します。

↑ データヘルス計画の特徴です。

②治療から予防

医療費の伸び率を抑えるために、病気にならないように、また病気になっても重症化しないような取り組みを実施します。

③健康格差の縮小

健康寿命*の格差の要因を把握・分析し、健康寿命を延ばす戦略を考え、それを推進していきます。

(※健康寿命…健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のこと)

データを分析してわかった生活習慣病予防の必要性

①65歳未満(働き盛り)の方の死亡率が高い！

	西原町	国
総数	23.4%	13.6%
男性	32.0%	16.3%
女性	13.5%	8.6%

西原町の全年齢に占める65歳未満の方の死亡率は23.4%と、国の2倍弱です。離島を除く県内市町村で3番目に高い割合です。働き盛りの年代の健康実態が危機的な状況であり、社会保障費の安定化の面でも厳しい状況です。

平成25年 65歳未満死亡率
(データヘルス計画総論より)

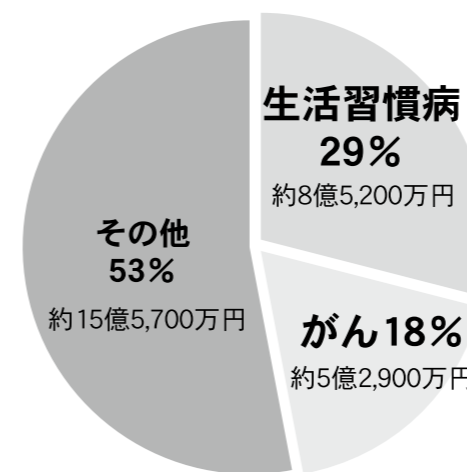
男性の場合、
心疾患による死亡の
割合が高いです。
(全年齢の割合と比較した場合)

②医療費に占める生活習慣病の割合

国保の医療費のうち、「生活習慣病」と「がん」にかかる医療費が約半分を占めます。

生活習慣病は毎日の生活の見直しで予防でき、また、がんは検診などで早期発見・早期治療が可能な疾患です。

平成26年度の医療費総計
約29億3,800万円



生活習慣病とは…

生活の積み重ねが原因となって発症する病気の総称です。

例えば…

- ・高血圧
- ・糖尿病
- ・脂質異常症
- ・重症化すると…
- ・心筋梗塞
- ・脳梗塞
- ・慢性腎不全

③介護認定者の有病状況

何の病気が原因で介護を受けているのか？

■生活習慣病 78.2%※
(脳卒中、心疾患、糖尿病など)

■筋・骨格系 75.2%※
(膝関節症、腰痛など)

※それぞれ重複する場合があります。

腰痛などの「筋・骨格系」が原因で介護を受ける人が多いほか、脳卒中や心疾患などの「生活習慣病」を原因とする人も多いのがわかります。



④特定健診の検査項目別で基準値以上の方の割合(40~74歳以下) (平成26年特定健診結果より)

	男 性			女 性		
	割合	順位	検査項目	割合	順位	検査項目
腹囲	60.6%	1位	LDLコレステロール※3	59.3%		
HbA1c※1	50.9%	2位	HbA1c	53.1%		
収縮期血圧※2	49.4%	3位	収縮期血圧	42.2%		

※1:HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)…1~2か月前からの血糖値の状態。高いと普段の血糖値が高いことを表します。

※2:収縮期血圧…一般的に言われている「上の」血圧。心臓から血液が全身に送り出される時の圧力。

※3:LDLコレステロール…「悪玉コレステロール」。ホルモンなどの材料となるが、多いと動脈硬化の原因となります。

西原町の場合、男性では「腹囲」、「HbA1c」、女性では「LDLコレステロール」、「HbA1c」が基準値以上である人の割合が50%を超えています。

生活習慣病の発症には、内臓脂肪の蓄積が関与しており、肥満に加え、血糖や血圧、脂質が高い状態が重複した場合には、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞の発症や人工透析になる危険性が高くなります。

まとめ

40歳代やそれ以前から生活習慣の改善と予防策が、65歳未満の死亡率の減少や健康寿命の延伸と医療費の急激な増加を防ぐことにつながります。

効果的な保健事業を実施します

健診結果の説明をします

20代30代健診や特定健診を受けると、健診結果について、地区担当の保健師や栄養士がわかりやすく説明し、生活習慣に関することについて助言します。

メタボ該当者やメタボ予備群の方に 継続して支援します

動機づけ支援や積極的支援など、半年間にわたり個人に応じたサポートを行います。
※詳しくは13ページをご覧ください。

二次健診を実施します

健診結果で、糖尿病や動脈硬化の危険性が高い方に、二次健診(頸部エコー検査)を案内し、結果の分析や生活習慣の見直しについて相談やアドバイスを実施します。

糖尿病などを 重症化させないよう支援します

糖尿病の重症化で人工透析への移行の危険性が高い方などに対して、保健指導を実施し、医療機関と連携を取りながら、継続的に支援します。

お問い合わせ 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4729