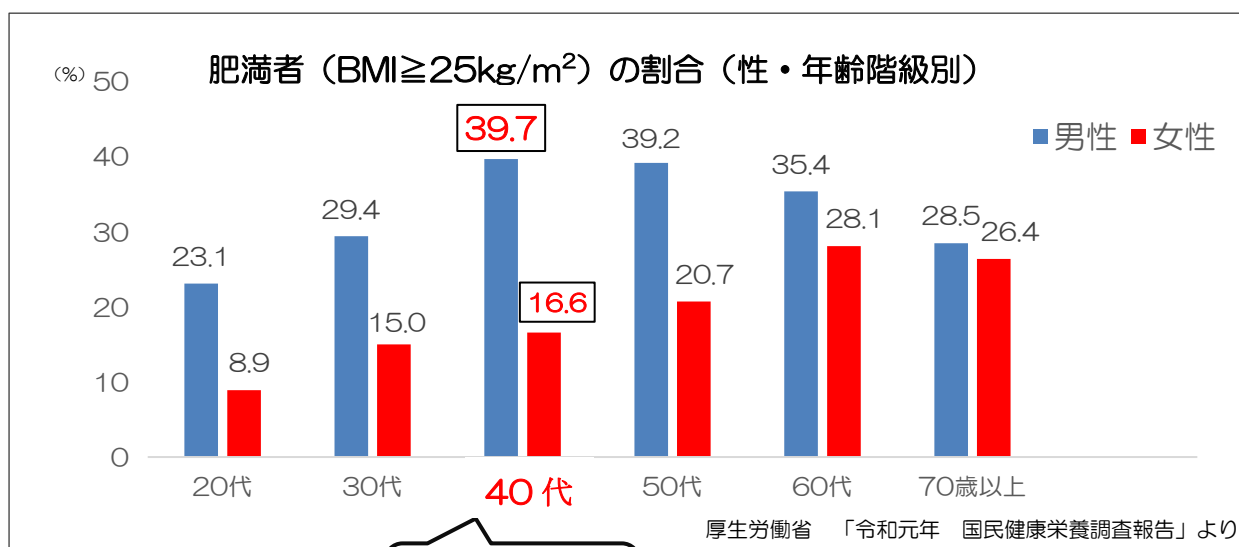


若い時から健診を受けましょう

若いからまだまだ「健康に関しては大丈夫だ」と思っていませんか？しかし、生活習慣病の発症リスクは、生活の乱れ等が原因で徐々に蓄積していきます。健康づくりのために若い時から健診は毎年受けましょう。

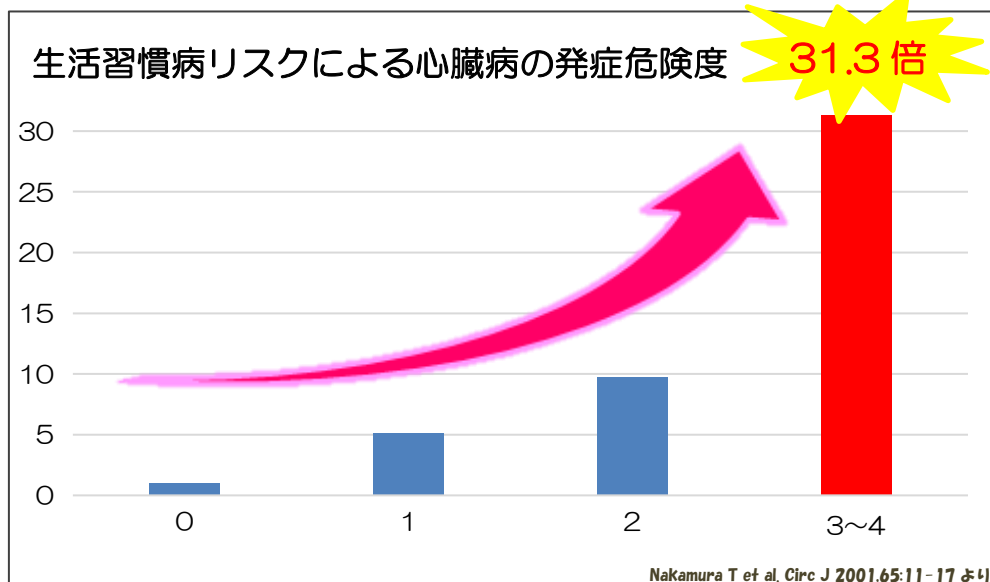
肥満者の増加について

- 30代から徐々に肥満者が男女ともに増加し始め、40代で最も多くなります。腹囲に内臓脂肪が蓄積することにより、高血圧・糖尿病・脂質異常症といった生活習慣を引き起こしやすくなります。このような「内臓脂肪型肥満」に加え高血圧、高血糖、脂質異常のうち2つ以上の生活習慣病のリスクを併せ持った状態を「メタボリックシンドローム」といいます。



男性40代が最も肥満者の割合が多い！

- 生活習慣病が悪化すると、「動脈硬化」が進行し心臓病の発症危険度が高まります。

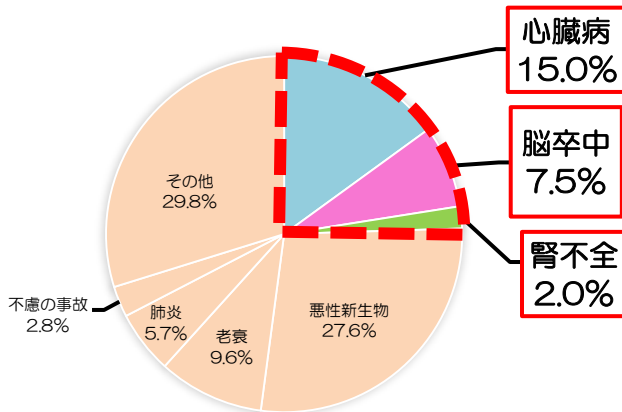


肥満・血圧・血糖・脂質の全くリスクのない方を 1.0 とすると、リスクのある方は、**5.1倍～31.3倍**心臓病を起こす危険度が高まります。



生活習慣病重症化による死因が 4 人に 1 人！

主な死因別 死亡数の割合



特定健診は心臓病等、
日本人の死因の約 4 分の 1 を占める生活習慣病に関わる健診です。

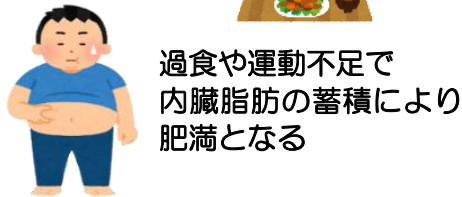


糖尿病の重症化による例～A さんの場合～

30 代



40 歳



過食や運動不足で
内臓脂肪の蓄積により
肥満となる

45 歳

生活習慣が改善できずに
糖尿病を発症

糖尿病治療にかかる医療費

受診と経口薬（1 種類/日）とインスリン療法（4 回/日）
をされている方の例

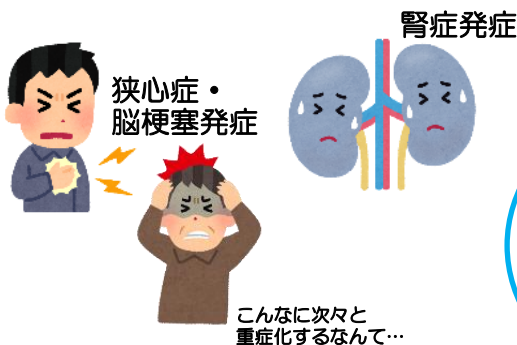
診察内約：外来診療料、在宅自己注射指導管理料、血糖自己測定器
加算、処方箋料、検査（採血、尿検査等）

薬代：調剤基本料、服薬情報等提供料、注射薬調剤料、内服
薬調剤料等

1 回の受診費用：約 11,750 円（3 割負担）
月 1 回の受診の場合：年間 約 141,000 円

糖尿病情報センターホームページより

50 歳



狭心症・
脳梗塞発症

腎症発症

こんなに次々と
重症化するなんて…

重症化で医療費も高額に！

重症化の医療費（例）

心臓病の手術 約 430 万円

脳卒中で手術 約 325 万円

人工透析 約 540 万円（年間）

※金額は総額の目安で、症例によって異なります。
また、自己負担額ではありません。

糖尿病ネットワークホームページより

58 歳



人工透析

生活習慣病はほとんど症状がなく進行し、**突然命にかかわるような疾患をひき起こす**ことがあります。

また、生活習慣病が重症化し後遺症が残ってしまうと、**介護が必要となり、あなた自身の生活が不自由になる**だけでなく、**介護をしてくれる家族にも負担**がかかります。