メタボ健診の現状とこれまでの効果

あいち健康の森健康科学総合センター　村本あき子，津下　一代

KEY WORDS
●特定健診・特定保健指導
●メタボリックシンドローム
●生活習慣改善支援
●減量目標

Specific medical checkup and specific health guidance：system and evaluation.
Akiko Muramoto（健康開発部長）
Kazuyo Tsushita（センター長）

は　じ　め　に

特定健診・特定保健指導制度では，健診・保健指導にメタボリックシンドローム（MetS）の概念が導入され，健診は生活習慣改善に向けた働きかけをする機会として位置づけられた[1)]。健診結果から，主にMetSあるいはMetS予備群該当と判定された者を対象として保健指導を実施するため，通称「メタボ健診」と呼ばれるものである。

当制度の開始により健診に関するナショナルデータベースが構築され，マクロ的視点をもった分析が可能になった。また，多数の研究などによって特定保健指導の評価が行われ，生活習慣改善支援による生活習慣病予防・改善効果が示されている。

ここでは，特定健診・特定保健指導制度の概要，支援の実際，特定保健指導の効果と課題について述べる。

Ⅰ．特定健診・特定保健指導制度の概要

特定健診・特定保健指導では，個々の検査値について共通の基準に基づき，保健指導判定値，受診勧奨判定値の判定を行うとともに，健診結果を階層化基準に基づいて判定し，対象者を情報提供，動機づけ支援，積極的支援の３区分に分類する（**図１**）。

動機づけ支援は，MetS予備群を主な対象とし，行動目標を立て６ヵ月後に行動目標の達成状況や，身体状況・生活習慣に変化がみられたかについて評価を行う。積極的支援では，主にMetS該当者が対象となり，動機づけ支援に加えて継続的な支援を行い，行動目標を実践，減量を達成することを目標とする。

2013年度から開始された特定健診・特定保健指導（第二期）では，第一期を踏襲しつつ，非肥満のため特定保健指導の対象とならない者のうち，血圧，

SAMPLE
Copyright(c) Medical Review Co.,Ltd.