

循環器病

現 状

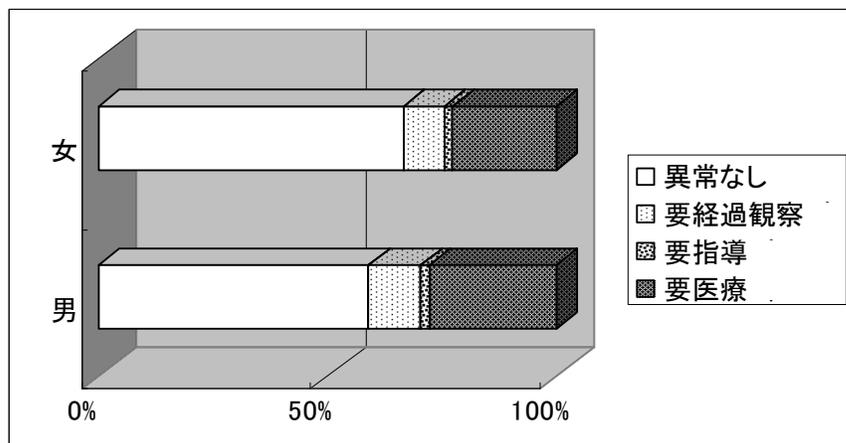
倒れてから後悔しないために！

循環器病（脳血管疾患や心疾患等の血管の異常から起こる病気）は発症すると死に至るか、もしくは後遺症を残す場合が多く、生活の質に大きな影響を及ぼす疾患です。

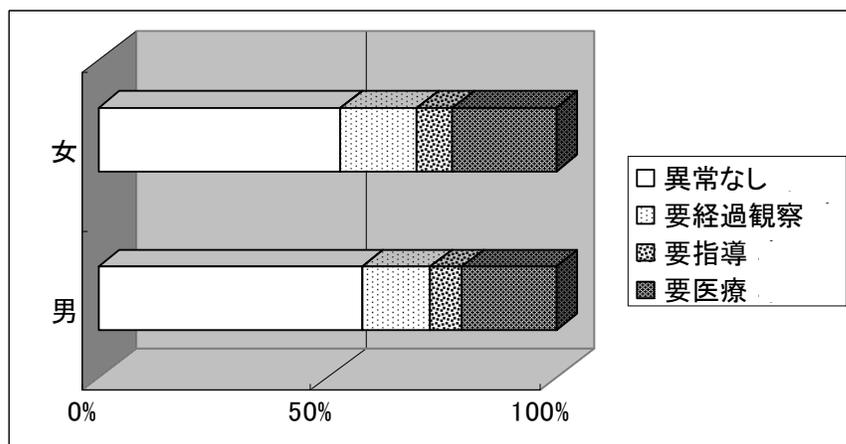
循環器病に大きな影響を及ぼす高血圧・高脂血症の状況は、平成 17 年度基本健康診査の結果によると、高血圧の要経過観察・要指導・要医療の割合がやや男性に多く、年齢とともに高くなっています。また、高脂血症の要経過観察・要指導・要医療の割合はやや女性が多く、年齢とともに高くなっています。

平成 17 年度実施 基本健康診査結果

○高血圧



○高脂血症



課題

正しい知識と健診

正しい知識が不足している

○正しい知識の不足から、健診で指摘があっても、放置してしまう人がいます。

健診を受けていない人がいる

○受診するのが面倒くさい、あるいは怖いようです。

○自分は循環器病にならないと思って、安易に構えているようです。

目標

血管年齢の若いまちを目指しましょう

心筋梗塞・脳梗塞予防は血管から

◆循環器病について正しく知り、生活習慣を改善し、発症を予防しましょう。

◆健診の重要性を認識し、自発的に健診を受けましょう。

指標

循環器病のバロメーター

指標	現状	目標
基本健康診査で高血圧が 要医療の人	24.5%	↓ 減らす
基本健康診査で高脂血症が 要医療の人	21.9%	↓ 減らす

取り組み

知識と健診の普及



ひとりひとりの取り組み

- 規則正しい生活をしましょう。
- 肥満を予防しましょう。
- 適度な運動を心がけましょう。
- ストレスをためないようにしましょう。
- バランスのよい食事を心がけましょう。
- 薄味に慣れましょう。
- 外食はできるだけ控えましょう。
- 健診を受けましょう。



地域での取り組み

- 地域のお店で栄養成分表示を普及しましょう。



行政での取り組み

- 循環器病に関する知識を普及します。
- 医師、保健師、管理栄養士等による健康教育等の事業を強化します。
- 健診の必要性を伝え、受診を促します。

