



～生活習慣病について～

生活習慣病とは、日常の乱れた生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気で、かつては“成人病”と呼ばれていました。生活習慣病にはさまざまな病気があり、日本人の3分の2が生活習慣病で亡くなっています。

生活習慣病は、遺伝的な要因もありますが、食生活や運動、喫煙、飲酒、ストレスなどが深く関わっています。言い換えれば、普段の生活習慣を見直し、生活習慣を改善することにより、病気を予防し、症状が軽いうちに治すことも可能なのです。

【生活習慣病と呼ばれる主なもの】

■高脂血症

コレステロールや中性脂肪といった、血液中の脂質が過剰となった状態。原因として、遺伝、糖尿病、脂質の取りすぎなどが挙げられます。

■高血圧症

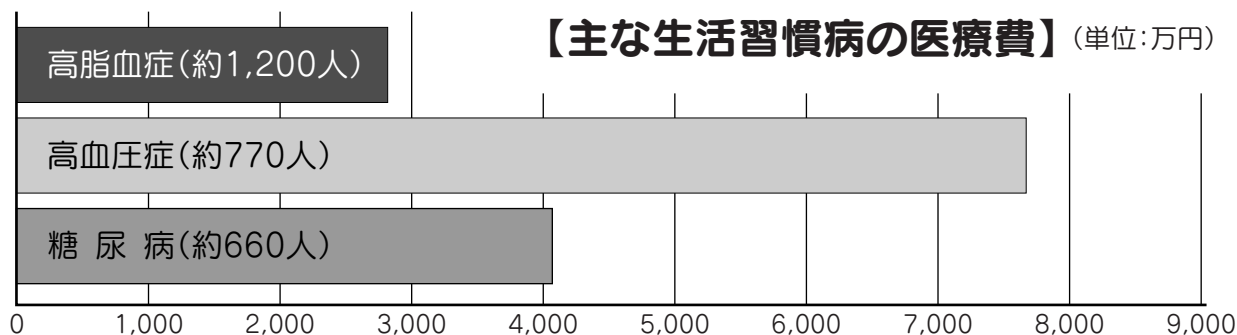
血圧が高くなった状態。原因として、遺伝や食事、肥満などのほか、腎臓の病気やホルモンの異常などが挙げられます。

■糖尿病

血液中の血糖値が上昇し、尿に糖が出る病気。原因として、高カロリーな食生活の継続、日頃の運動不足やストレスなどが挙げられます。

【黒潮町の状況】

次のグラフは、上の3つの病気にかかる1年間の医療費です。合計すると1億6,300万円にものぼり、黒潮町国保の年間総医療費の約13%を占めています。これらの医療費が国保財政を圧迫している要因の一つにもなっているのです。現代社会では、さまざまな要因から生活習慣病患者および生活習慣病予備軍と呼ばれる方々は増加する一方なのが現実です。病気の原因を作らぬよう、日頃の生活習慣を見直し、予防・改善していきましょう。



※()内の人数は治療者数です。

※黒潮町国保の被保険者のうち、40歳から74歳の方を対象としています。

○お問い合わせ 【本 庁】 住民課 国保係 ☎43-2800(直通)
【佐賀支所】 地域住民課 総合窓口第2係 ☎55-3111(直通)