

特定健康診査 よくあるご質問 (健診を受けなければならないのか?)

Q1 健康に気をつけているし、元気です。健診を受けなければいけませんか?

A 今は元気でも、知らない間に病気が進行している場合があります。

生活習慣病は自覚症状のないまま進行していきます。健診により、生活習慣病の小さな予兆を発見し、早期に予防することが大切です。

Q2 去年健診を受けたのだけど、今年も受けないとはいけませんか?

A 継続した健康管理は、生活習慣病の予防に欠かせません。

健診を毎年継続して受診し、健診結果で悪い部分があればその原因となっている生活習慣を正しましょう。

Q3 メタボリックシンドロームに着目した健診となっていますが、自分は太っていないので受ける必要はないのでは?

A 体型にかかわらず、特定健康診査は自分の血管の状態を知るチャンスです!

血圧が高ければ、血管の壁はじわじわ痛み傷ついてしまいます。また、血糖値や脂質が高い値の場合、血液にあふれた糖や脂質が血管の壁を傷つけたり、血液の通り道を狭めたりする予兆と考えられます。よって、特定健診は自分の血管の状態を知る健診としても有効ですので積極的に受けましょう。

Q4 健診を受けるお金もないし、忙しくて時間も作れないのですが・・・

A 病気が重症化すると、その分治療に費用も時間もかかります。

年に1回でも健診の時間を作って病気を予防しましょう。

特定健康診査は、**無料**で受けることができます。土日の集団健診や氷見市内の近くの病院でも受診することができます。(実施項目の要確認)

忙しくて健診に行く暇がない・・・と言っているのは、気づかぬうちに生活習慣病が進み病気が重症化してしまうかもしれません。元気でい続けるためにも健診をぜひ受けて、健康管理をこころがけましょう。

Q5 健診を受けないとどうなるの?

A 自分の健康状態が確認できないうえに、保険税も上がる可能性があります。

特定健康診査には、国が定めた目標値があります。(第二期 60%) 目標の達成状況に応じて、今後後期高齢者医療制度への支援金の額が決定されるので、みなさんが納める保険料が増額される場合もあります。ご自分の健康と適正な保険財政のためにも、ぜひ特定健康診査を受けてください。