

愛知県トラック事業健康保険組合から被保険者の方へ

## 『重症化予防に伴う受診勧奨通知のご案内』について

平素は、当組合の医療費適正化にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

表記につきましては、令和 5 年度の一次検診結果から異常値を示しているにも関わらず、未だ医療機関を受診されていない方に対し、通知をさせていただいております。

なお、対象者の抽出につきましては以下の条件で抽出させていただきました。

項 目			正常値	受診勧奨値
基準値	収縮期血圧	mmHg	130 未満	160 以上
	拡張期血圧	mmHg	85 未満	100 以上
	血糖	mg/d l	110 未満	140 以上
	HbA1c	%	5.6 未満	7.0 以上
	中性脂肪	mg/d l	150 未満	500 以上
	HDL	mg/d l	40 以上	30 未満
	LDL	mg/d l	120 未満	180 以上

上記、検査項目の判定結果が、『要精密』あるいは『要再検』などにつきましては、精密（二次）検診の補助対象となりますが、判定結果が『経過観察』の場合は補助対象外であり、特定保健指導（**全額健保負担**）対象の可能性がありますので、医師、保健師、管理栄養士の指導の下、生活改善に努めてください。

このまま医療機関を受診されない状態が続きますと、動脈硬化を発症し、やがて心筋梗塞や脳梗塞により倒れてしまう恐れがあり、もしこれが運転中や作業中であれば更に、最悪の状況が考えられます。

医療機関を受診することによって、病気の重症化を予防及び医療費の節減、あるいは会社における安全配慮及び労働力の確保に繋がるものと考えております。ご家族の為にも会社の為にも一刻も早い医療機関への受診をお願い致します。

この通知が届く前に、すでに医療機関を受診し治療に入っている方などにつきましては、行違いでの発送をご容赦ください。

尚、事業主様より当組合に対して受診勧奨該当者の確認依頼があった場合は、その旨ご報告させていただく場合がございますので宜しくお願い致します。



# あなたの健診結果には、 「医師の診察を受ける必要がある」 項目がありました。

健診受診月  
2023年10月  
作成月  
2024年07月

監修 / 京都大学大学院  
医学研究科 教授  
中山 健夫

あなたは、  
⊖マークの  
生活習慣病の  
可能性が  
ありそうです。

糖尿病

高血圧症

脂質異常症



検査結果から  
可能性のある疾患に  
⊖マークを付けています。

生活習慣病は放置すると重篤な状態を引き起こし、生活や仕事にも支障が出てしまいます。  
生活習慣病は多くの場合、**自覚症状がありません**。しかし、放置していると、慢性的な合併症や  
全身の動脈硬化症が促進され、これが心筋梗塞や脳梗塞の原因になります。

今のあなたは、⊖のステージに  
該当する可能性があります。  
早めに医療機関を受診しましょう!!

このまま放置すると、  
近いうちに心筋梗塞など  
重篤な病気が  
起こり得る状態

このまま放置せず、  
早く医師による治療を  
受ける必要が  
ある状態

リスクが高く、  
医師の診察を受ける  
必要がある状態



リスクが  
重なり始めた状態

リスクが  
出始めた状態

リスクが  
ほとんどない状態

1

2

3

4

5

6

- 高血圧境界域
- 耐糖能異常

- 腎不全
- 高血圧症
- 糖尿病
- 動脈硬化症

- 透析
- 心筋梗塞
- 脳梗塞

※リスクとは、糖尿病などの生活習慣病と診断される検査項目の数値が悪くなっている状態のことを言います。

ウラ面をご覧ください▶

当健保組合では健診後のレセプトを確認し、  
受診が確認できなかった方について医療機関への受診を  
勧奨する仕組みを構築しています。



6 000573#

09051 1311A0 0000573#  
00000287 000000



健康保険組合からのお知らせです  
愛知県トラック事業健康保険組合

〒460-0011  
愛知県名古屋市中区大須4丁目10番32号  
上前津KDビル4F  
TEL: 052-211-7821

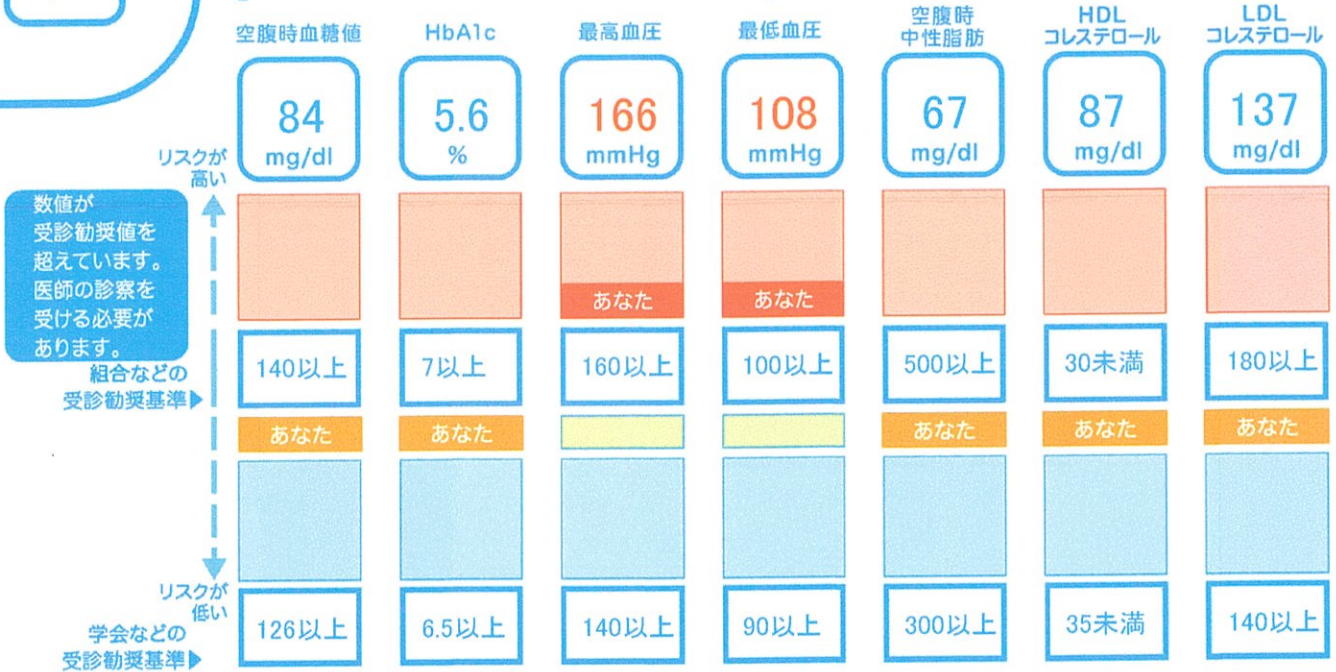
対象期間：2023年04月～2024年03月

対象者：血糖や血圧、脂質の検査で、基準値（疾患の診断基準を元にしています）以上に達し、健診受診後に通院履歴が確認されなかった方へ通知しています。

・分析期間（タイムラグ）の関係で、既に医療機関を受診している方にも送付される可能性があります。予めご了承の程お願い致します。  
・既に他の疾患で医療機関を受診している方は、血糖や血圧、脂質の検査を定期的に測り症状の悪化予防をお勧めいたします。



## あなたの健診結果をもう一度確認しましょう。 [あなたの最近の健診結果]



※病院受診勧奨基準とは、糖尿病学会・動脈硬化学会・高血圧症学会の現時点での診断基準に基づいています。学会での動向に応じ、変更されることがあります。

あなたの検査結果は、早く医療機関を受診して再検査を受ける必要のあるものがあります。  
まだ医療機関を受診されていない場合は、早めに内科を受診してください。



TOPICS  
身近に潜む  
命の危機

あなたもれませんか？  
知ってましたか？

# 高血圧で血管が破裂する!?

## □ 高血圧とは？

心臓から送り出された血液の圧力が、一定以上に高い状態のこと。「たかが高血圧ぐらい…」と考えがちですが、そのまま放置していると

心臓の肥大

たんぱく尿

脳卒中

心不全

心筋梗塞

腎不全

大動脈瘤

動脈閉塞症

などを引き起こしやすくなり、最悪の場合は

**死につながる可能性!**

## どれくらいから気をつけよう？ 高血圧の目安数値

正常血圧と高血圧に明確な境界はありませんが、

最高血圧  
(上)

140 mmHg 以上

最低血圧  
(下)

90 mmHg 以上

日本高血圧学会高血圧  
治療ガイドライン2019年改訂

を境界としており、片方が上回っていても高血圧です。最高血圧が高いと血管に負荷がかかり、壁がどんどん固くなります。最低血圧が高いと血管が常に緊張して張りつめ、いずれ水風船のように破裂する恐れもあります。

高血圧は別名サイレントキラー  
無自覚のまま体をむしばみます!

血管にそんな負荷がかかっていたとは…



愛知県トラック事業健康保険組合から加入者様へ

## 『慢性腎臓病重症化予防に伴う受診勧奨通知のご案内』について

平素は、当組合の医療費適正化にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

当組合では、加入者の皆様の健康維持増進策として、生活習慣病の予防及び重症化予防を目的とした特定健康診査・特定保健指導を実施しております。

併せて、令和5年度の一次検診の検診検査値が、医療機関への受診勧奨値にあたる方で、医療機関への受診をされていない慢性腎臓病（CKD）のリスクがある方を対象に、本通知を被保険者宅宛に送付しております。このまま放置されますと、腎機能が低下し、やがて慢性腎不全を発症後、透析治療が必要となり、透析治療を開始しないと生命に関わってくる可能性があります。特に、高血糖の方は要注意です。

医療機関を受診することによって、健保加入者様の病気の重症化を予防及び医療費の節減、あるいは会社における労働者への安全配慮及び労働力の確保、生産性の向上にも繋がると考えております。

本通知作成から送付までの間に、すでに医療機関を受診された方や資格喪失（抹消）された方につきましては、行違いでの発送をご容赦下さい。

尚、事業主様より、当組合に対して受診勧奨該当者の確認依頼があった場合は、その旨ご報告させていただきます場合がございますので、宜しくお願い致します。

※ お住まいのお近くの腎臓専門医につきましては、【一般社団法人 日本腎臓学会】のホームページにて腎臓専門医の検索が可能です。

一般社団法人 日本腎臓学会ホームページ内、腎臓専門医検索ページ  
<https://www.jsn.or.jp/specialist/listindex.php>

※ 日本腎臓学会には、医師などの専門家が常駐されておりません。ご病状や治療に関するご質問・ご相談の受付ならびに医師や病院の紹介はされておりませんので、ご了承願います

当健康保険組合では、健診後のフォローアップとして、健診結果により腎機能のリスクのある方に情報提供を行っております。  
 現在も医療機関未受診の場合は、早めに腎臓内科または内科の医師の診察をお受け下さい。  
 (すでに産業医やかかりつけ医師から指示を受けている場合、その指示に従って下さい。)

1 000042#

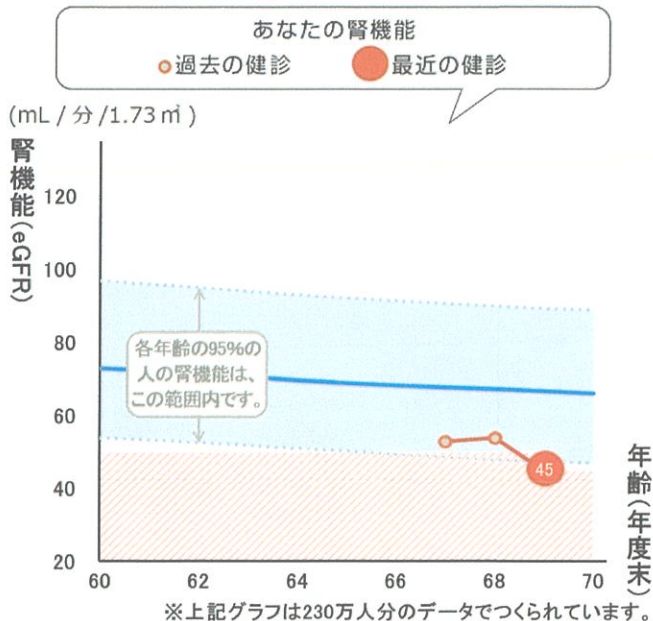


健康保険組合からのお知らせです  
 愛知県トラック事業健康保険組合  
 〒460-0011  
 愛知県名古屋市中区大須4丁目10番32号  
 上前津KDビル4F  
 TEL: 052-211-7821

## あなたの腎機能の状態を グラフで確認してください

このグラフは、年齢に合わせた腎機能の分布を示しています。真ん中の実線は年齢平均で、上と下の点線の範囲内に95%の人が分布していることを示しています。

**赤い範囲**に入ると、腎機能が著しく低下し**慢性腎臓病の可能性が高い状態**です。



## あなたの腎臓の注意ポイント

腎臓の働き  
(推算糸球体濾過量)

45.6 ☹️  
mL/分/1.73m<sup>2</sup>

腎の働き(機能)が軽度～中等度低下している状態です。医師を受診してください。

※eGFRの数値は、小数点第2位を切り捨てています。

腎機能が悪くなる速さ

一般的には毎年0.6mL/分/1.73m<sup>2</sup>  
濾過機能が低下します

-8.8 ☹️  
mL/分/1.73m<sup>2</sup> 低下しました

腎の働きが急速に悪くなっています。

腎臓が傷ついた状態  
(蛋白尿)

(-) 😊

腎臓からたんぱくは漏れていません。正常です。

### 腎臓機能の悪化に影響する検査結果

腎臓の状態					血圧の状態		血糖の状態		脂質の状態			尿酸の状態
あなたの健診結果	尿蛋白	血清クレアチン (mg/dL)	eGFR (mL/分/1.73m <sup>2</sup> )	(前回健診時) ※ eGFRの変化	収縮期 (mmHg)	拡張期 (mmHg)	空腹時血糖 (mg/dL)	HbA1c(%)	空腹時中性脂肪 (mg/dL)	LDL(mg/dL) コレステロール	HDL(mg/dL) コレステロール	尿酸値 (mg/dL)
2023/05/14	-	1.24	45.6	-8.8	129	88	116	5.9	65	153	71	
2022/05/15	-	1.06	54.4	0.8	136	85	102	5.4	59	133	59	
2021/05/09	-	1.08	53.6		133	84		5.5	83	144	61	

※eGFRの変化=年間5mL/分/1.73m<sup>2</sup>以上の低下、または25%以上低下している時には急速な腎臓機能の悪化の可能性がります。

内科医師にこの検査結果を見せましょう!

健診受診月  
2023年07月

作成月  
2024年07月

監修/木村健二郎  
(JCHO東京高輪病院院長  
腎臓専門医/高血圧専門医)

# ⚠️ 早めに医師の 診察を受けましょう。

※腎臓内科または内科

健診結果から、あなたは人工透析を必要とする**末期腎不全**や入院や高度医療を必要とする**脳卒中**や**心筋梗塞**を発症するリスクのある慢性腎臓病(CKD)である可能性があります。早期に受診し、今の状態を維持し、これ以上悪くならないよう治療や生活習慣の改善に努めましょう。

あなたの腎臓のろ過能力は  
**41%**  
低下しています

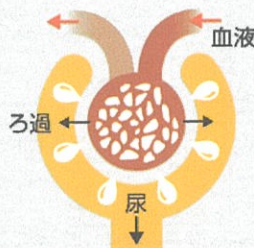


## 人工透析

週に複数回通院し、数時間かけて血液を浄化する治療法です。



例



## 糸球体 しきゅうたい

余分な水分や老廃物は糸球体で濾過されて、体外に尿として排泄されます。糸球体は片方の腎臓\*に約100万個存在しますが、この濾過能力(濾過量)をGFRと言います。



※イメージ図

尿として排泄される

あなたの腎機能が失われている割合を示しています。

- 慢性腎臓病(CKD)とは、慢性(3カ月以上)に経過するすべての腎臓の病気のことを指します。腎臓はあなたの身体を正常な状態に保つ重要な役割を担っているため、CKDによって腎臓の機能が低下し続けることで、さまざまな病気の危険が発生します。
- 腎臓は一度あるレベルまで悪くなってしまうと、その後進行性に悪化することが多いです。
- CKDは、自覚症状がないことが特徴です。●生活習慣病との関連も深く、誰もがかかる可能性のある病気です。

※左右の腎臓に合わせて200万個の糸球体があります。