

## 健 診 後 の 指 導

### 動 向

予防医学協会が実施している健康診断の受診者総数は統計表（検診・検査の種目別実施数）のとおりである。近年、定期健康診断や人間ドックなどで有所見率が増加しているという報告がなされている。これらの受診者に対して当協会では事後措置のために各種外来、保健指導、健康教育の場を提供している。

平成17年度における施設での健診後のフォロー体制は、①精密検査の体制 ②事後指導の体制 ③生活習慣改善プログラム、の三つの側面から受診者を支援している。

### 事後指導の体制

#### 消化器外来

消化器検診、大腸がん検診、腹部超音波検査の精密検査およびフォローアップを実施している（胃集団検診・大腸がん検診・超音波検診参照）。

#### 循環器外来

定期健康診断、人間ドックなどの循環器系有所見者の精密検査、フォローアップ、生活指導などを実施している（循環器精密検診参照）。外来受診者は1525名。

#### 生活習慣病外来

定期健康診断その他の生活習慣病関連項目で所見のあった受診者に対して再検査、精密検査を実施、事後指導を行っている。生活習慣改善を目的とする外来であるので、結果に応じて外来でのフォロー、他院への紹介や生活習慣病外来内で実施しているメタボリック（内臓脂肪）コース、生活習慣病改善プログラムへの参加を勧奨している。

#### メタボリック（内臓脂肪）外来

メタボリックシンドロームの診断基準が示され、内臓脂肪型肥満に着目した保健指導の重要性が認識されつつあることをうけて、当協会では平成18年8月よりメタボリック（内臓脂肪症候群）外来を開設している。6ヶ月のコースでは初回に腹部CTを実施、内臓脂肪面積を測定し動機づけを行う一方、期間中に歩数計、50g精密体重計、血圧計を貸し出し、自己管理を行う。栄養士による食事調査とあわせてほぼ月に1回医師、栄養士が面談し指導、評価を行う。

#### 労災保険二次健康診断

職域における心疾患・脳血管疾患の予防、早期発見を目的として当協会では生活習慣病外来において2001年より実施している。定期健康診断でBMI、

血圧、脂質、血糖の4項目全てで所見のあった受診者に対し血液検査、頸部エコー、負荷心電図（心エコー）を行い、特定保健指導を実施している。必要な場合各専門医療機関への紹介を行っている。

#### 腎臓病外来

昭和51年から学校検尿で管理が必要な学童に対して、月1回、腎精検のための外来を設けた。その後学童の家族の相談、事業所の健診で腎疾患の疑いのある人も対象とした。受診者は78名、保健師による指導は54名、管理栄養士による指導は13名。

#### 糖尿病外来

糖尿病の大多数は生活習慣が大きく発病に関与する2型糖尿病である。健診後に所見のあった人に事後指導を行う。平成17年度は97名。

保健師による指導は92名、管理栄養士は36名。

#### 女性クリニック

更年期特有の愁訴の著しい婦人に女性クリニックを開設している。年齢階層別には50歳～55歳を中心に45歳～60歳に多く、ホルモン補充療法に対する要望が多い。

#### 整形外来

骨粗鬆症予防検査で生活注意、要治療の人の事後措置を行っている。今年度は222名が外来を受診。

保健指導は看護部にて行う。

#### 禁煙外来

禁煙外来とは喫煙者に対してカウンセリングであると考えている。従って相互に言葉の上でも心の面でも一致点がないと成り立たない。また時間に追われての診療とは全く異なる。初回受診時とは限らず一人に15分から30分位が所要時間である。その大部分は禁煙を何故したいかの動機を確認することにあるが、一口にやめたいといっても喫煙場所がなくなったからとか何となく健康によくないからという、云うなればやめられたらやめたいという段階のはっきりした意志がない時にはたとえ一旦はやめられてもすぐに周囲の誘惑のたった1本だけ……に脆くもあと戻りをしてしまう。逆に、絶対やめなくてはいいません口調ではうまくいかない。当人がなるほどと思ってやめてしまうことができるのがベストである。

修了者には認定証を渡している。勿論、自分のためだけではなく他人に見せることによって自分の禁煙意志を確認することにある。