

Stop! ぜ・メタボNo.5 メタボ健診で生活習慣病を予防

メタボ健診は、早期にメタボリックシンドロームを発見し、メタボの段階に応じて保健指導を行い、生活習慣病の発症を抑えたり、初期のうちに治療し重症化を防ぐことが目的です。

生活習慣病が発症する年代、40歳から70歳のすべての人が対象となっています。被保険者はもちろん被扶養者も対象です。

メタボ健診の結果、すべての人が保健指導を受けます。保健指導は状態に応じて「積極的支援」「動機付け支援」「情報提供」の3つがあります。

それぞれ下記の通りです。

- ・ **積極的支援**・・・生活習慣病を改善する必要があり、継続的にきめ細かい支援を必要とする人への指導
- ・ **動機付け支援**・・・生活習慣を改善する必要があり、そのための支援を必要とする人への指導
- ・ **情報提供**・・・健診で異常はなかった人も含めた全員への情報提供

