

後期高齢者のみなさまへ

自己負担
なし

健診のお知らせ

生活習慣病やフレイル^{*}の早期発見のため、
年に1回健康診査を受診しましょう!

※フレイルとは加齢により心や身体が弱っている状態のことです。

75歳以上の方は後期高齢者の健康診査が**無料**で受診できます。
(65歳以上の障害認定の方も含まれます)

◎定期的に病院を受診している方はかかりつけ医へご相談ください。



V・ファーレン長崎
クラブマスコット
ヴィヴィくん
©2018VVN



健診でお体の状態が確認できます。
健康長寿を目指しましょう!

健診の時期・お申込みについては

お住まいの市役所・町役場の担当窓口へお問い合わせください。

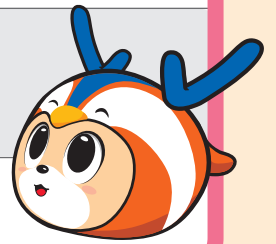


健診でわかること



| 項目 | ポイント |
|-------------------------|--|
| 身長・体重(BMI) | 肥満より、やせに注意 やせはフレイルをまねきます。 |
| 問診 | 後期高齢者の質問票 質問票でフレイルの危険性を確認できます。 |
| 血圧・脂質 ●コレステロール ●中性脂肪 | 脳卒中・心筋梗塞の危険性 高血圧や脂質異常は動脈硬化につながり、脳卒中、心筋梗塞などをまねきます。 |
| 糖 ●空腹時 ●HbA1c ●尿糖 | 糖尿病の重症化に注意 血糖が高いと糖尿病のおそれがあります。 糖尿病が重症化すると、網膜症や腎症などの合併症をまねきます。 |
| 肝機能 ●AST ●ALT ●γ-GTP | お酒だけでなく薬の副反応が原因かも 慢性的な多数の服薬による副反応で、肝臓に負担がかかります。飲酒しない人も注意が必要です。 |
| 腎機能 ●尿たんぱく ●クレアチニン値 | 最悪の場合、人工透析に 高齢に伴い、腎機能はだんだん衰えてきます。 糖尿病、高血圧の人は特に注意が必要です。 |
| 貧血検査 ●ヘモグロビン値 ●赤血球 | 貧血は他の病気が隠れているかも 他の病気が原因で貧血を引き起こしている可能性があります。 |

いろんなことが
わかります



後期高齢者の健診は「フレイル健診」とも言われています

- 6か月間で、体重が2～3kg以上減少した
- 以前に比べて歩く速度が遅くなってきた
- ウォーキング等の運動を週に1回以上していない
- 握力が弱くなった(例:ペットボトルのふたが開けにくくなった)
- (ここ2週間)わけもなく疲れた感じがする

「フレイル診療ガイド 2018年版」p-8,2018年

3つ以上該当しているときは、「フレイル」の可能性あり
該当された方は健診を受診しましょう!

フレイルの可能性のある人も早期に対応することで、元の状態に戻ることができます。

チェックして
みましょう



医療機関や健診会場は感染予防対策をとっています。
マスクを装着し、手指の消毒を行い受診してください。

