

● ● ● 生活習慣病 総合コースについて ● ● ●



糖尿病・高血圧・脂質異常症およびメタボリックシンドロームの治療には、食事・運動などの生活習慣病の改善が不可欠です。

従来の外来診察での指導のほかに、生活習慣病の改善に関する計画的な指導各種検査をおこなった生活習慣病総合コースを新設しました。

このコースでは、生活習慣病療養指導管理料が会計の自己負担分に加算されますが、以下のような特典があります。

- ① 生活習慣病改善の為に計画を医師とともに作成し、受診のたびに達成度を確認し、アドバイスを受けることができます。
- ② 生活習慣病に対して定期的に行われる血液検査などは、診察料に含まれます。
- ③ 年1回ずつ、当院の生活習慣病健診と栄養相談を無料で受けられます。

生活習慣病健診の内容

- ★問診 ★身体診察 ★身長・体重・腹囲測定 ★血圧測定 ★胸部レントゲン
- ★心電図検査 ★血液検査(血糖・ヘモグロビンA1c・脂質・肝機能・腎機能)
- ★尿(尿潜血・たんぱくなど)

*この健診は、コースを受けていない方でも受けることができます。
ただし、¥8,900 の費用がかかります。

- ④ 年1回ずつ、当院の頸動脈エコー検査と24時間血圧計による血圧検査が無料で受けられます

頸動脈エコー検査について

頸動脈とは、首にある動脈で、脳へ血液を送る重要な血管です。この部分の血管の厚さを測ることにより、脳梗塞や心筋梗塞のリスクをある程度測定することができます。生活習慣病のある方は、この検査の結果を合わせて考えることで、より効果的な治療に結びつけることができます。



～ご希望の方は、ぜひご相談ください～

★八戸市民健康づくり講座にて・・・★

院長小倉が、8月21日(日) はっちにて、八戸市市民健康づくり講座にて講演を行ないました！！講演のテーマは、「メタボリックシンドロームの予防・克服法」！

講演の内容は、メタボリックシンドロームとは？ 血圧・コレステロール・血糖のこと、動脈硬化とその合併症の恐ろしさ、などなど・・・当日はたくさんの市民の方々が会場にいらっしやって、生活習慣病への関心の高さがうかがえました。また質問も飛び交いとても充実した講座となりました。



生活習慣病は生活習慣が原因でなる病気ですので、生活習慣を変える努力と行動が必要です！しかし、生活習慣の改善はひとりでは難しいのが現状です。

そこで、そのお手伝いが少しでもできればと思っております。当院でも、生活習慣病コースを新設し、患者さまと一緒に病気の予防・改善に取り組んでいきたいと思っております。



介護保険豆知識 ②

～お知らせ～

こんにちは。事務の差波と成田です！

今回は介護保険料の納め方についてお話ししました。

では、実際に介護保険を使ってサービスを受けたい場合には？まず、サービスを受けたい方の年齢によって

●65歳以上の方(第一号被保険者)

⇒原因を問わず、介護や日常生活の支援が必要になること

●40歳以上65歳未満の方(第2号被保険者)

⇒*特定の疾患により介護や支援が必要になること
という要件が必要になります。

*特定の疾患・・・がん(回復の見込みのないもの)・関節リウマチ・初老期にともなう骨粗しょう症・糖尿病性神経症・糖尿病性腎症・糖尿病性網膜症など計16の疾病があります。

介護保険サービスは本来65歳以上の方を対象としたサービスであるため、40歳～65歳未満の方の場合には限られた疾患により、介護の状態が3～6ヶ月継続する見込みであることがサービスを受けるための条件となります。

次回に続きます・・・

大人の方も肺炎球菌ワクチンを受けましょう！

今年から小児の肺炎球菌ワクチンの公費(市で費用を負担)接種がスタートしましたが、大人には大人用の肺炎球菌ワクチンがあります。特に高齢者は肺炎をこじらせて重症にいたることも多いため、接種が勧められています。

75歳以上の市民の方は、接種料金の助成が受けられますが、事前に市役所の健康増進課で申し込みが必要となります。当院の肺炎球菌の接種料金は¥5,000。75歳以上の方で助成を受けた場合、市で¥2,000助成となりますので、¥3,000がご自身で負担していただく金額となります。ただし、75歳以下の方は、¥5,000 全額自己負担となります。

ご希望の方はぜひ、ご相談くださいね！

編集後記

気がついたら、9月…(泣)…。あっという間に夏は過ぎ去り、いよいよ”インフルエンザ”という文字がちらほら…。

1年は本当にあっという間ですね。

ささき