すこやかリレー

心疾患の重症化予防

健康寿命の延伸に向けて

愛媛県東温市市民福祉部健康推進課（特定健診係）保健師　小山　登志

東温市は、愛媛県のほぼ中央、松山平野の東部に位置し、県都松山市に隣接する都市近郊型の田園都市です。医療環境にも恵まれ、医師会など関係機関が連携して充実した医療と福祉を提供し、元気な高齢者が日本一多いまちづくりに取り組んでいます。

本市は、高額レセプトのうち心疾患が占める割合が高く、標準化死亡比でも心不全と脳血管疾患が全国に比べ高い状況です。また、新規心不全発症者をみると、健診未受診者の発症割合が高くなっています。心疾患は、本市の健康課題の1つです。

まず、心疾患の早期発見・早期治療のために特定健診受診率向上に取り組みました。令和5年度には通院中の人に「かかりつけ医療機関で特定健診が受診できる」旨を周知し、更に本事業の底上げのため、既に無料で実施していた集団健診に加え、個別健診も無料化しました。令和6年度には、愛媛大学医学部、民間企業、本市の3者協定による「特定健診ＣＡＶＩ導入受診勧奨事業」に取り組みました。これは、集団健診受診者にＣＡＶＩ検査を無料で実施するという特典を付与した受診勧奨です。集団健診が大半を占める本市では受診の動機付けになりました。令和7年度からは、ナッジ理論を活用した受診勧奨事業を開始し、今年度からは医師会と連携した受診勧奨「主治医が通院中の方に受診を促す」取り組みを実施しています。毎年、新しい取り組みを実施した結果、受診率は順調に伸びてきています。

次に、心疾患の重症化予防の取り組みです。心疾患の評価には、心電図検査は不可欠と考えますが、特定健診の実施基準では令和4年度心電図実施率36・6％で、そのうち有所見者は4割でした。心電図の全数実施をしている近隣市では、「半数以上が有所見であった」という結果を踏まえ、令和5年度から補助金等を活用して、健診受診者に対し心電図検査を無料で受診できる体制を構築し、全数実施に取り組みました。この取り組みにより、心電図で要精密検査になった方を治療につなげることができました。しかし、基礎疾患である高血圧は、Ⅱ度・Ⅲ度高血圧の方の約半数が未治療、治療中でも服薬中断者や管理不良者がいました。

心疾患の重症化予防のためには、住民が正しい情報を知り、行動変容できる学習の機会が必要です。そこで、心不全の高リスク者を対象に「心不全の予防」をテーマに「特典付き健康づくり教室」を令和6年度から開始しました。参加者の中には心筋ストレスマーカーＮＴ－ｐｒｏＢＮＰ検査や、医師の講話を通じて自ら医療管理の必要性を感じ、治療につながった方もいました。令和7年度には健康づくり教室の評価を踏まえ、特定健診項目のオプションとしてＮＴ－ｐｒｏＢＮＰ検査を受検できる体制を整備し、前年度の健診結果で心不全の高リスクだった者に対し、集団健診当日、ＮＴ－ｐｒｏＢＮＰ検査の案内を個別に実施しました。検査結果の読み取りと保健指導については、保健事業支援・評価委員会や愛媛大学の先生方及び健診実施機関にご教授いただき、保健指導に活かすことができました。

集団健診では家庭血圧の測定を勧奨しており、最近では血圧記録手帳を自身の管理として活用される方が増えてきました。高血圧予防は、降圧薬の有無に関わらず、生活習慣改善が重要です。今年度は、食に携わるボランティアとの協働で、「減塩レシピ」の配布や減塩の実践が高血圧予防につながる媒体作りにも取り組んでいます。

今後も、元気な高齢者が多いまちづくりを目指してＰＤＣＡサイクルを意識した、心疾患の重症化予防の取り組みを進めていきたいと考えます。