

# 智頭町の高齢者の医療・介護の現状について ～やっぱり早期発見・早期対処が大切～



こんなことはありませんか？

- ・どこも調子の悪いところがないから、健診は受けない・・・
- ・健診で血糖値が高いと言われたけれど、別に何も感じないから病院には行かない・・・

## —外来医療費—

- 1位：循環器疾患
- 2位：新生物（がん）
- 3位：尿路性器系疾患（腎不全など）
- 4位：内分泌系疾患（糖尿病、脂質異常症など）

## —入院医療費—

- 1位：循環器疾患（脳梗塞、心疾患、高血圧症など）
- 2位：筋骨格系疾患（変形性関節症など）
- 3位：新生物（がん）
- 4位：損傷中毒（骨折など）

後期高齢者の医療費  
概ね75歳以上の人について、どのような疾患に医療費がかかっているのでしょうか。

実は、この表にある疾患の多くは、**後期高齢者健診等**で、その兆候を早くに見つけられるのです！



- 1位：心臓疾患
- 2位：筋骨格系疾患
- 3位：高血圧症
- 4位：認知症を含む精神疾患

介護の状況  
では、要支援・要介護認定を受けた人は、どんな疾患を持っている人が多いのでしょうか。  
※認定を受けた原因疾患とは異なります。

## 早期発見に勝るものなし

上の表にある疾患の多くは、早くに兆候を見つけて対処することで、重症化を防いだり、生活への影響を小さくすることができま

す。自分で症状を感じる前に、血液検査や尿検査等にその兆候が出ています。

このため、元気で、毎年健診を受けることが大切です。

## 健診を受けた後が大切

健診を受けた後、必要な場合は、医療機関を受診する。処方された薬をきちんと飲む

・毎日三食、バランス良く食べる

・適度に体を動かす

・睡眠や休養をおろそかにしない

・禁煙と減酒

「健康」に近道はありません。地道な生活の積み上げが、長く健康に過ごすことにつながります。