

医療コラム  
国保でわかる！健康安心！

獨協医科大学 種市 ひろみ



獨協医科大学看護学部で在宅看護学の講師をし、また下野市の医療費データを基に市民の健康状況や疾病状況について、調査・分析を行っています。

医療費データから考える？

さて、連載の第2回目になります。今回は、国民健康保険（以下、「国保」）に加入されている方のデータを基に、皆さんの病院受診についてお話しします。

下野市にお住まいの皆さんが加入されている健康保険は様々ですが、約1万5千人が国保加入者です。自営業や農業をされている方、あるいは退職された方などのご家族が加入しています。下野市の人口が約6万人ですから、4人に1人が国保で病院受診されていることとなります。国保加入者の中には「健康だから病院なんか行かなくても大丈夫」という方がいる一方で、いくつかの病気を抱えて病院との付き合いが欠かせない方もいます。実際にデータを見てみると、ほとんどの方が1年に1回以上どこかの病院を

受診しています。

そして不思議なことに、被保険者数以上に受診者数が多いという事実です。そのからくりは、国保の仕組みにあります。国保へ加入する人もいれば、反対に脱退する人もいます。

ある月に、国保加入者が病院を受診して、その後、月の途中で国保を抜けるようなことがあると、受診者1人と数えますが、被保険者数にはカウントされません。被保険者数は、統計上、月末時点で把握した国保加入者の総数を表します。つまり、下野市の国保被保険者数は増えずに、受診者数が増えることとなります。

このような理由から受診者数が多い訳ですが、難しい話はさておいて、外来受診される方が多いという事実は変わりません。

例えば： 高血圧、糖尿病、脳梗塞

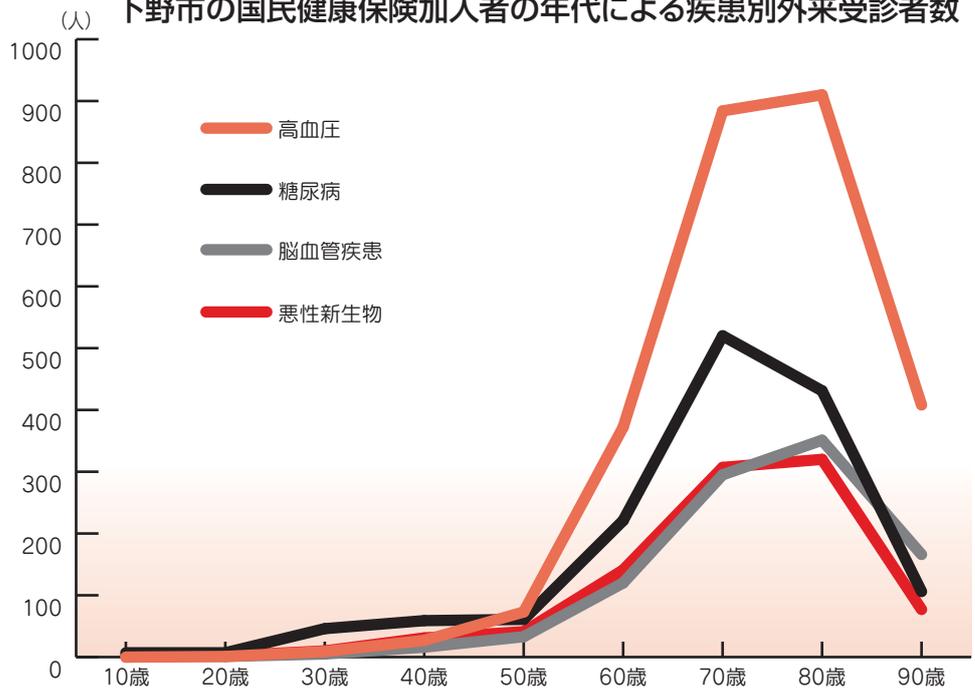
や脳出血といった脳血管疾患、悪性新生物（がん）と

診断されている方の外来受診の状況を下の図で見ると、50歳代に入ってから急に受診するようになっていきます。人は年齢を重ねるごとに、いろいろと調子が悪くなるものです。例えば、ご近所さんに聞けば「私、高血圧の薬飲み始めたのよ」「あなたも、私も同じよ」と、きつとなるはずです。データから、国保加入者のうち少なくとも5千人が高血圧の治療を受けていることがわかっていきます。

高血圧と診断されたら！

高血圧と診断されても、きちんと毎日の食事を工夫して、適度な運動、体重管理、そしてちゃんとお薬を飲むことで、充実した日々が送れます。他の病気も予防や早期発見が大切です。健康だと思っても、気が付かないうちに病気が忍び

下野市の国民健康保険加入者の年代による疾患別外来受診者数



(平成22年度診療報酬明細書を基に作成)

50歳を超えたら要注意！

寄ってきます。自分だけは大丈夫なんて思わず、50歳前の健康な時とは違う自分の体のサインを見逃さないためにも健康診査を受けてください。

