



あなたの健診結果には、
「医師の診察を受ける必要がある」
項目がありました。

健診受診月
20XX年00月
作成月
20XX年00月

監修 / 京都大学大学院
医学研究科 教授
中山 健夫

あなたは、
⊕マークの
生活習慣病の
可能性が
ありそうです。

糖尿病

高血圧症

脂質異常症



検査結果から
可能性のある疾患に
⊕マークを付けています。

生活習慣病は放置すると重篤な状態を引き起こし、生活や仕事にも支障が出てしまいます。
生活習慣病は多くの場合、**自覚症状がありません**。しかし、放置していると、慢性的な合併症や
全身の動脈硬化症が促進され、これが心筋梗塞や脳梗塞の原因になります。

今のあなたは、⊖のステージに
該当する可能性があります。
早めに医療機関を受診しましょう!!



このまま放置せず、
早く医師による治療を
受ける必要が
ある状態

このまま放置すると、
近いうちに心筋梗塞など
重篤な病気が
起こり得る状態

6

- 透析
- 心筋梗塞
- 脳梗塞

リスクが高く、
医師の診察を受ける
必要がある状態

5

- 腎不全
- 高血圧症
- 糖尿病
- 動脈硬化症

リスクが
重なり始めた状態

4

- 高血圧境界域
- 耐糖能異常

リスクが
出始めた状態

2

リスクが
ほとんどない状態

1

※リスクとは、糖尿病などの生活習慣病と診断される検査項目の数値が悪くなっている状態のことを言います。

ウラ面をご覧ください▶

〇〇〇〇株式会社

被保険者氏名：住友 太郎様
対象者氏名：住友 花子

1 000001#



住友商事健康保険組合
〒541-0041
大阪市中央区北浜4-5-33
TEL：06-6220-6172

対象期間：20XX年00月～20XX年00月

対象者：血糖や血圧、脂質の検査で、基準値（疾患の診断基準を元にしています）以上に達し、健診受診後に通院履歴が確認されなかった方へ通知しています。

・分析期間（タイムラグ）の関係で、既に医療機関を受診している方にも送付される可能性があります。予めご了承の程お願い致します。
・既に他の疾患で医療機関を受診している方は、血糖や血圧、脂質の検査を定期的に測り症状の悪化予防をお勧めいたします。



あなたの健診結果をもう一度確認しましょう。 [あなたの最近の健診結果]

	空腹時血糖値	HbA1c	最高血圧	最低血圧	中性脂肪	HDL コレステロール	LDL コレステロール
あなたの値	94 mg/dl	5.7 %	133 mmHg	90 mmHg	65 mg/dl	90 mg/dl	200 mg/dl
リスクが高い	126以上	6.5以上	160以上	100以上	300以上	35未満	180以上
組合などの 受診勧奨基準	あなた	あなた	あなた	あなた	あなた	あなた	
リスクが低い	126以上	6.5以上	140以上	90以上	300以上	35未満	140以上
学会などの 受診勧奨基準							

※病院受診勧奨基準とは、糖尿病学会・動脈硬化学会・高血圧症学会の現時点での診断基準に基づいています。学会での動向に応じ、変更されることがあります。

**あなたの検査結果は、早く医療機関を受診して再検査を受ける必要のあるものがあります。
まだ医療機関を受診されていない場合は、早めに内科を受診してください。**



それって本当に大丈夫なの？

脂質が高いと血管が詰まる!?

脂質異常とは？

血液中に含まれる4種類の脂質の中で、

LDLコレステロールや
中性脂肪が多すぎる

HDLコレステロールが
少なすぎる

といった状態を示す病気のことです。どれも体には必要なものですが、バランスが崩れてしまうと動脈が硬化し、血栓ができやすい状態になります。この血栓が動脈を塞いでしまうと…

脳梗塞や心筋梗塞の恐れが!

それって嘘？ 本当？

脂質異常
クイズ

脂質異常が死に直結するなんて…

**該当のリスク要素により
ここに表示される内容は異なります。**

- ① 脳梗塞を起こしたのは、その基礎疾患に脂質異常を併発して
- ② 中性脂肪は甘いものやアルコールの摂りすぎで増える
- ③ LDLは血管壁に入り込み、動脈硬化を促進し
- ④ コレステロールの8割は体内で作られる
- ⑤ オリーブオイルは身体に良いからいくらでも摂っていい

⑤以外はすべて本当!!

