

広告



「健康だからと油断せず、情報をキャッチしていきたい」と里崎さん。(左から里崎さん、佐田さん、鎌村さん)

徳島の健康寿命を延ばそう

心疾患における予防から医療・福祉サービスまでのシームレスなサービス提供を目指して

見直そう生活習慣!



表1:健康寿命男女別の状況 ※1

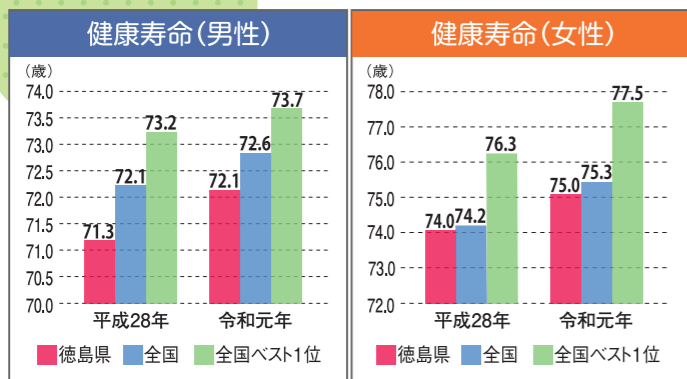
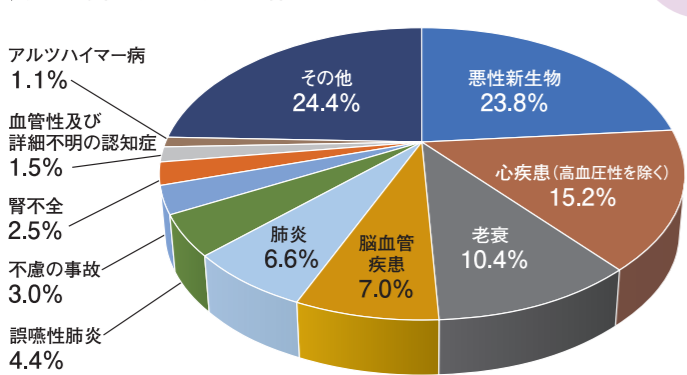


表2:徳島県の死因別死亡割合 ※2



この期間をいかに縮めていくかが大切です。里崎 僕自身、一番駄目なパターンだと思うんですけど、健診で「数値が悪い」と実際に言われないと、健康なうちは予防の意識が薄いんですよね。どういう生活習慣の人が循環器病になりやすいですか？

佐田 血圧やコレステロール値が高い人は危ないですね。肉食中心の方は気を付けた方が良くないかも。運動不足も、生活習慣病と密接に関わっています。

里崎 なんか自分のことを言

われているみたいですよ(笑)。徳島で1次産業に従事されている人も多く、普段から体を動かしている方が多いように思っています。佐田 働いているうちは体を動かしますが、仕事をリタイアした後に発症するケースもあります。喫煙も循環器病のリスクとなるので注意が必要ですね。一方で、循環器病はがんと違い、重症化予防を行うことで病気の進行を抑えることができます。ぜひ、普段から生活習慣病予防を心掛けてください。

里崎 智也
徳島県鳴門市出身
元プロ野球選手、野球解説者

里崎 もちろんです！今日はふるさとの課題や、先進的な医療体制について多くのことを学ぶことができ本当に良かったです。ありがとうございます。

●徳島県民の健康寿命は、全国と比べてどのような状況になっていますか？

鎌村 令和元年の厚生労働省調査によると、徳島では男性が72・1歳で全国39位、女性が75・0歳で36位となっています。全国平均よりも健康寿命が短い原因の一つとして考えられるのが、循環器病患者数の多さです。昨年の死亡原因を見ても、心臓の病気で脳血管疾患を合わせた循環器病による死亡割合が約20%となっており、がんの23・8%に次ぐ数字となっています。

里崎 循環器病ってどんな病気なんですか？

佐田 主に心臓や血管の病気のことで、たとえば脳卒中は脳の血管に障害を起こし片麻痺になると、介護が必要

●知ってる？徳島県民と心疾患のこんな関係性

佐田 循環器病の危険因子となるのが、高血圧性疾患や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病です。なかでも徳島における高血圧性疾患と糖尿病の患者数は全国平均を上回っており、悪玉コレステロールが増える脂質異常症も増加傾向にあります。

鎌村 平均寿命と健康寿命の差は約10年とありますが、言い換えれば、日常生活に制限のある「健康ではない期間」が約10年もあることになります。

●産学官の連携で循環器病対策の先進県に！

鎌村 佐田教授にも多大なご協力をいただきながら、昨年10月、国の基本法をもとに「徳島県循環器病対策推進計画」を策定しました。循環器病の予防から医療、福祉サービスまでが途切れることなく提供される「県民一人ひとりが、その人らしく暮らせる徳島づくり」を推進しています。

里崎 なぜ国は循環器病の法律をつくったんですか？

鎌村 背景のひとつとなっているのが、年々増え続ける国民医療費です。令和元年のデータでは循環器病の医療費が全体の約20%を占めており、これはがんを含め、すべての病気の中で一番高い数字です。

●最後に県民の方々へのメッセージをお願いします。

里崎 産学官が力を合わせ、こんなにも僕たちの健康をサポートしてくれていることを今日まで知りませんでした。僕は鳴門市の移住大使をやっていますが、徳島県には全国的にも優れた医療体制のバックアップがあることを多くの方々伝えていきたいです。

佐田 私が徳島に赴任して15年目になりますが、東京や大阪に匹敵する新しい技術を徳島にも導入し、心臓移植以外

まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。

里崎 ありがとうございます！今日はふるさとの課題や、先進的な医療体制について多くのことを学ぶことができ本当に良かったです。ありがとうございます。

●徳島県民の健康寿命は、全国と比べてどのような状況になっていますか？

鎌村 令和元年の厚生労働省調査によると、徳島では男性が72・1歳で全国39位、女性が75・0歳で36位となっています。全国平均よりも健康寿命が短い原因の一つとして考えられるのが、循環器病患者数の多さです。昨年の死亡原因を見ても、心臓の病気で脳血管疾患を合わせた循環器病による死亡割合が約20%となっており、がんの23・8%に次ぐ数字となっています。

里崎 循環器病ってどんな病気なんですか？

佐田 主に心臓や血管の病気のことで、たとえば脳卒中は脳の血管に障害を起こし片麻痺になると、介護が必要

●知ってる？徳島県民と心疾患のこんな関係性

佐田 循環器病の危険因子となるのが、高血圧性疾患や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病です。なかでも徳島における高血圧性疾患と糖尿病の患者数は全国平均を上回っており、悪玉コレステロールが増える脂質異常症も増加傾向にあります。

鎌村 平均寿命と健康寿命の差は約10年とありますが、言い換えれば、日常生活に制限のある「健康ではない期間」が約10年もあることになります。

●産学官の連携で循環器病対策の先進県に！

鎌村 佐田教授にも多大なご協力をいただきながら、昨年10月、国の基本法をもとに「徳島県循環器病対策推進計画」を策定しました。循環器病の予防から医療、福祉サービスまでが途切れることなく提供される「県民一人ひとりが、その人らしく暮らせる徳島づくり」を推進しています。

里崎 なぜ国は循環器病の法律をつくったんですか？

鎌村 背景のひとつとなっているのが、年々増え続ける国民医療費です。令和元年のデータでは循環器病の医療費が全体の約20%を占めており、これはがんを含め、すべての病気の中で一番高い数字です。

まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。

まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。

まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。

●徳島県民の健康寿命は、全国と比べてどのような状況になっていますか？

鎌村 令和元年の厚生労働省調査によると、徳島では男性が72・1歳で全国39位、女性が75・0歳で36位となっています。全国平均よりも健康寿命が短い原因の一つとして考えられるのが、循環器病患者数の多さです。昨年の死亡原因を見ても、心臓の病気で脳血管疾患を合わせた循環器病による死亡割合が約20%となっており、がんの23・8%に次ぐ数字となっています。

里崎 循環器病ってどんな病気なんですか？

佐田 主に心臓や血管の病気のことで、たとえば脳卒中は脳の血管に障害を起こし片麻痺になると、介護が必要

●知ってる？徳島県民と心疾患のこんな関係性

佐田 循環器病の危険因子となるのが、高血圧性疾患や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病です。なかでも徳島における高血圧性疾患と糖尿病の患者数は全国平均を上回っており、悪玉コレステロールが増える脂質異常症も増加傾向にあります。

鎌村 平均寿命と健康寿命の差は約10年とありますが、言い換えれば、日常生活に制限のある「健康ではない期間」が約10年もあることになります。

●産学官の連携で循環器病対策の先進県に！

鎌村 佐田教授にも多大なご協力をいただきながら、昨年10月、国の基本法をもとに「徳島県循環器病対策推進計画」を策定しました。循環器病の予防から医療、福祉サービスまでが途切れることなく提供される「県民一人ひとりが、その人らしく暮らせる徳島づくり」を推進しています。

里崎 なぜ国は循環器病の法律をつくったんですか？

鎌村 背景のひとつとなっているのが、年々増え続ける国民医療費です。令和元年のデータでは循環器病の医療費が全体の約20%を占めており、これはがんを含め、すべての病気の中で一番高い数字です。

まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。

まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。

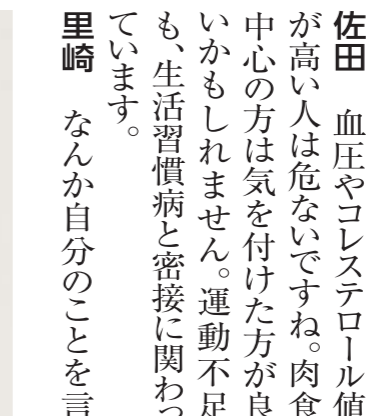
まずは生活習慣病の予防や積極的な健診を

はすべての治療ができるようになっていきます。今後も医療水準を高めながら、より充実した医療を提供できるよう頑張ります。

鎌村 今後も健康寿命の延伸や脳血管疾患、心疾患による死亡率の減少に向け、徳島大学をはじめとする関係者の皆さまと顔の見える緊密な連携を図りながら積極的に取り組んでまいります。県民の皆さまには、循環器病の早期発見や早期治療につながるために、定期的に健診を受けるだけでなく、健康診断の結果に応じて、生活指導や受診勧奨も行っています。里崎さんからも、徳島の医療や健康づくりが進んでいることを、ぜひPRしてください。



佐田 政隆
徳島大学大学院医歯薬学 循環器内科学分野 教授



鎌村 好孝
徳島県保健福祉部 感染症・疾病予防統括監

「徳島の心臓のこと」生活習慣病が心疾患につながることをご存じですか？

高血圧 糖尿病 脂質異常

すだちくんを活用した普及啓発用の動画やチラシを制作

ポスターは左の二次元コードまたは、下記サイトよりダウンロードいただけます。

徳島の心臓のこと 検索