

第5回特定健康診査・特定保健指導の在り方に関する検討会の概要

I. 健診項目について

1. 尿腎機能について

- ◎ 特定健康診査の詳細な健診項目として血清クレアチニン検査を実施する。
- ◎ 血清クレアチニン検査は、血圧又は代謝系検査が保健指導判定値以上であって、医師が必要と認める者に実施する。
- ◎ 糖尿病性腎症等の重症化予防等が課題となっている保険者が、尿蛋白検査を併せて実施することも可能とする。

- 若年者に多くみられる腎機能障害の主たる原因は、尿蛋白検査が早期発見につながる慢性糸球体腎炎であり、中高年者に多くみられる腎機能障害の主たる原因は、糖尿病性腎症や腎硬化症である。
- 中高年者に多くみられる糖尿病性腎症では、尿蛋白検査、血清クレアチニン検査のいずれもが早期に異常を呈しうる。腎硬化症の早期発見にはクレアチニン検査（eGFR）が有効である。
- 腎硬化症及び糖尿病性腎症の多くが緩徐進行型で保健指導が有効であるが、慢性糸球体腎炎は急性進行型のものも多く有効な保健指導がない。
- 特定健康診査の対象者では、尿腎機能検査の主たる対象疾患は、高血圧による腎硬化症、糖尿病による糖尿病性腎症等であることから、血清クレアチニン検査を実施する。
- 対象者の選定は、当該年の検査値に基づいて実施すべきであるが、現状では検査結果が迅速に判明しない等の状況も認められることから、当該年もしくは前年の検査結果に基づいて実施することも可能とする。
- 一般に腎機能障害の進展は緩徐であるため、尿腎機能検査は毎年実施する必要はないという議論はあるが、実施間隔を含めて医師が必要と認める者に実施することとし、引き続き適切な検査実施間隔について科学的知見を蓄積するものとする。

2. 腹囲について

- ◎ 虚血性心疾患・脳血管疾患は、腹囲に関わらず血圧、血糖、脂質等の危険因子と関連している。
- ◎ 肥満者では内臓脂肪の蓄積が危険因子を増加させる主たる原因であり、腹囲は内臓脂肪の減少を図る特定保健指導の対象者を効率的に抽出する簡易な手法である。
- ◎ 非肥満者で危険因子を保有する者に対しては、危険因子を増大させている原因を特定し、介入可能な方法を検討する必要がある。

(腹囲による虚血性心疾患・脳血管疾患の発症リスクについて)

- 腹囲が基準以上であっても、危険因子を保有しない者は、虚血性心疾患や脳血管疾患の発症リスクは上昇しない。
- 腹囲が基準以下であっても、危険因子が重積する者は、虚血性心疾患や脳血管疾患の発症リスクが上昇する。
- 女性の虚血性心疾患・脳血管疾患を発症する者の数は、腹囲が基準以下の者が、腹囲が基準以上の者を上回ることに留意する必要がある。
- 虚血性心疾患や脳血管疾患の発症を予防するためには、腹囲が基準以下で危険因子を保有する者に対して、さらなる対応を実施する必要がある。

(腹囲の位置づけについて)

- 腹囲が基準以上の者で危険因子が重積する者では、内臓脂肪の蓄積が危険因子を増加させる主たる原因であるため、腹囲は内臓脂肪の減少を目的とする特定保健指導の対象者を効率的に抽出し、効果的に介入するための手法である。
- 腹囲が基準以上であれば必ず内臓脂肪の蓄積があるわけではなく、また、腹囲が基準以下であっても内臓脂肪の蓄積がある場合がある。

(非肥満の危険因子保有者に対する対応について)

- 腹囲が基準以下の者が保有する危険因子は、高血圧が最も多く、ナトリウム(食塩)摂取、運動不足、アルコール摂取などがあるが、個人差がある。
- 腹囲が基準以下で危険因子を保有する者のうち、内臓脂肪の蓄積がある者は特定保健指導で対応可能であるが、内臓脂肪の蓄積以外の原因に起因する危険因子が集積する者については、その原因を特定し可能な介入方法を検討する必要がある。

- 非肥満の危険因子保有者に対する介入は、危険因子の原因ごとに対象者や介入方法等をプログラム化して提示する必要がある。
- 受診勧奨判定値以上では、適切に医療につなげることも重要である。

Ⅱ. その他

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">◎ メタボリックシンドロームの診断基準は、諸外国との基準の相違の意義等について、学術的に再検討を行う必要がある。 |
|--|

(参考)

第1回健康診査等専門委員会及び
第1回特定健康診査・特定保健指導の在り方に関する検討会の概要

I 健康診査等の在り方について

1. 健診・検診の考え方について

◎ 健診は主に将来の疾患のリスクを確認する検査群であり、検診は主に現在の疾患自体を確認する検査群である。

○ 健診は必ずしも疾患自体を確認するものではないが、健康づくりの観点から経時的に値を把握することが望ましい検査群であり、検診は主に疾患自体を確認するための検査群である。

○ 健診において行われる検査項目の一部は、測定値等により疾患リスクの確認と疾患自体の確認の両方の性質を持つ。

2. 評価の考え方について

◎ 健康診査等の対象者や対象疾患を検討するに際し、健康診査等が満たすべき要件を整理するとともに、プログラムとしての評価を行う必要がある。

○ 特定健康診査等の主に将来の疾患のリスクを確認する検査群では、リスクの蓄積を阻止するための保健指導等の介入方法も含めてプログラムとして捉える必要がある。

○ 健康診査等の対象者や対象疾患は有病率や社会的負担を考慮して検討することが望ましい。

○ 健康診査等に関する新たな知見は日々変化していくため、定期的に評価し見直すことが望ましい。

II 特定健康診査・特定保健指導の在り方について

3. 特定健康診査・特定保健指導の在り方について

◎ 特定健康診査・特定保健指導を生活習慣病対策の一部と捉える必要がある。

- 特定健康診査・特定保健指導は、生活習慣病の上流の概念としての肥満に着目し保健指導を行う制度である。
- 一方で、内臓脂肪型肥満は30歳代から始まることが知られており、前期高齢者では低栄養に伴うフレイル・サルコペニアが増加する。内臓脂肪型肥満だけでなく、非肥満者も含めて生活習慣病全体に光を当てた議論を行う必要がある。
- 高齢化による疾病構造の変化等を踏まえた特定健康診査・特定保健指導の在り方が検討されることが望ましい。
- 父母に対する生活習慣病対策は、家庭を通じて小児期からの生活習慣の形成や地域の健康づくりに資するという視点も大切である。

4. 健診項目や保健指導対象者の選定と階層化等の見直しについて

◎ 科学的エビデンスに基づき検討することを原則とし、現時点でエビデンスが不十分なものは、可能な範囲で演繹的に検討していく必要がある。

- アウトカムを明確にし、効果的な保健指導を検討することが重要である。
- 健診項目は疾患のリスクや疾患自体の発見だけでなく、個人の健康管理に資する項目が含まれることも大切である。
- 適切な実施頻度に関しても検討を行うことが必要である。
- 保健指導対象者の選定と階層化は保健指導の実施可能性を含めて検討する必要がある。
- 特に保健指導は実施主体により対象集団に特徴があることを踏まえて検討を行う必要がある。

5. 特定健康診査・特定保健指導の評価について

◎ 特定健康診査による将来の疾患のリスクや現在の疾患自体の確認に対する評価のみならず、システム全体としての評価を行うことが重要である。

- 費用対効果も含めて評価を行う必要がある。

第2回特定健康診査・特定保健指導の在り方に関する検討会の概要

I. 特定健康診査・特定保健指導の満たすべき要件について

- ◎ 健診項目は科学的なエビデンスに基づき、特定健康診査・特定保健指導の満たすべき要件や実施可能性を踏まえ検討を行う。
- 公衆衛生上重要な健康課題を世代ごとに検討し、対策へつなげていく視点が重要である。
- 健診項目や判定値は事後措置としての介入手段を意識して議論する必要がある。

II. 特定健康診査の健診項目について

1. 検討の進め方について

- ◎ 健診項目の判定値や健診項目は、厚生労働科学研究費補助金による研究班等を活用して、最新の科学的知見に基づき検討を行う。
- ◎ 尿検査や肝機能検査等、保健指導対象者の選定に用いられない項目や、導入が見送られている血清尿酸や血清クレアチニンなどの項目についても検討を行う。
- 本検討会では、特定健康診査・特定保健指導の在るべき姿を考えつつ、現実的な問題をどのように解決するか検討することが重要である。
- 特定健康診査が対象とする主たる健康事象は最終エンドポイントである虚血性心疾患、脳血管疾患等であり、内臓脂肪に起因しない生活習慣病への対応も検討する必要がある。

2. 健診項目の基本的考え方について

- ◎ 健診項目は虚血性心疾患や脳血管疾患等の危険因子もしくは生活習慣病の重症化の進展を早期に発見する項目で、かつ介入可能なものである。
- ◎ 保健指導が必要な者を的確に抽出することに加えて、必要に応じて要医療者を抽出する検査項目も健診項目とするべきである。

- 健康診査の事後措置には保健指導と要医療が含まれる。
- 例えば、高血圧で治療中の者が他の危険因子の保健指導対象者である場合に、特定保健指導が受けられない現状は再検討するべきであり、主治医へ適切な健診情報の共有が行われる必要がある。
- 要医療の者が受診した際、医療機関から保険者へフィードバックする仕組みが必要である。
- 健診項目は、対応する事後措置が保健指導、要医療のいずれの比率が高いのかを考慮して検討する必要がある。

3. 質問項目について

◎ 標準的な質問項目は、①生活習慣病リスクの評価、②保健指導の階層化、③健診結果を通知する際の「情報提供」の内容の決定に際し活用することに加えて、地域の健康状態の比較を行う観点も重要である。

- それぞれの質問項目の目的を明確にする必要がある。
- 必須とすべき質問項目についても整理する必要がある。

4. 詳細な健診について

◎ 詳細な健診は、生活習慣病の重症化の進展を早期にチェックするものであるが、医療で行うべき検査との違いを明確にして、必須項目に追加することで新たに抽出できる健康事象や生活習慣病予防への寄与について検討する必要がある。

- 対象者や実施頻度（数年に一度実施など）について健診項目ごとに検討する必要がある。
- 健診項目ごとに明確な実施基準を検討する必要がある。

5. 保健指導対象者の選定と階層化について

◎ 保健指導対象者の選定は虚血性心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病に対するリスクの程度に応じて行う。

- 対象者の年代によっても保健指導の安全性は異なることから、リスクの程度に応じた保健指導が実施できる選定方法が望ましい。

- 受診勧奨判定値以上の者では、保健指導を実施しながら医療と連携することが望ましい者と、医療を基本に保健指導を併用していくことが望ましい者がいるため、きめ細かく対応できることが望ましい。
- ハイリスクな非肥満者に対しては、具体的な保健指導の方法や実施体制を検討する必要がある。
- 受診勧奨は通知だけの場合もあるため、効果的な実施方法を検討する必要がある。

第3回特定健康診査・特定保健指導の在り方に関する検討会の概要

I. 健診項目について

1. 健診項目全般について

- ◎ 内外の診療ガイドライン等で将来の虚血性心疾患や脳血管疾患の発症・死亡を予測する指標（危険因子）として共通しているのは、血圧、喫煙、コレステロール（総コレステロール）、糖尿病であり、これらは虚血性心疾患や脳血管疾患の予防を目的とした健診では必須検査項目とすべき指標である。ただし健診においてコレステロールや糖尿病をどの検査指標で評価するかについて検討を要する。

2. 脂質について

- ◎ 中性脂肪は随時採血であっても虚血性心疾患や脳血管疾患の発症予測能があり、健診項目として活用可能である。
- ◎ non-HDL コレステロールを保健指導対象者の選定に用いる。（空腹時採血であればフリードワルド式で算出されるLDL コレステロールも使用可）
- ◎ LDL コレステロール直接測定法を健診項目から廃止し、総コレステロールを健診項目へ追加する。

（中性脂肪について）

- 健常人では血糖値は食後3～4時間程度で上昇し、食事量や前日の飲酒にも影響を受けるため、質問票等を活用して空腹時採血か随時採血かを区別し、食後の経過時間を把握する必要がある。
- 随時採血を実施する場合にも、食直後の採血は避ける必要がある。
- 随時採血であっても、保健指導判定値は150mg/dlとして差し支え無い。
（LDL コレステロール/non-HDL コレステロールについて）
- 国際的にはハイリスク者のスクリーニングや国際比較には総コレステロールが用いられている。
- LDL コレステロール直接法はほぼ日本でしか用いられておらず、測定精度に関する懸念が国際的に指摘されていた。
- 国際的な LDL コレステロールの評価はフリードワルド式で行われている。しかしフリードワルド式は中性脂肪を減じる項を含むため、高トリグリセラ

イド血症や食後の中性脂肪高値の状況での採血では LDL コレステロールを過小評価する可能性がある。

- また日本人の HDL コレステロールは諸外国より高く、総コレステロールのみで評価するとリスクを過大評価してしまう。
- したがって日本人のコレステロールの評価には non-HDL コレステロールが望ましい。
- non-HDL コレステロールは動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2012 で既にスクリーニングとしての診断基準が示されている。
- ただし適切な試薬を使用して精度管理が行われれば、臨床検査としての LDL コレステロール直接法自体の使用は可能である。
- 一方で LDL コレステロールは、いわゆる悪玉コレステロールとして受診者にある程度定着しており、non-HDL コレステロールについて受診者等の理解を得られる取組が必要である。
- 現在の LDL コレステロールの保健指導・受診勧奨判定値は厳しすぎる。Non-HDL コレステロールの判定値についても、適切な保健指導対象者を選定する観点から、年齢等を考慮することが望ましい。
(総コレステロールについて)
- 総コレステロールは国際的に脂質の疫学調査項目として使用されており、健診項目とすることが望ましい。

3. 肝機能について

- ◎ 肝機能検査は肝機能障害の重症化を早期に評価するための検査である。
- ◎ 特に、虚血性心疾患や脳血管疾患等の発症予測能の低い AST (GOT) は、特定健康診査の健診項目からは廃止することも可能とする。
- ◎ 肝機能検査を実施すべき対象者、検査間隔等は改めて検討する。

- γ -GT (γ -GTP) はアルコールとの相関が明確であるものの、その他の肝機能検査高値に対する保健指導による介入方法は確立されていない。
- 肝機能検査項目の中では、 γ -GT (γ -GTP) が虚血性心疾患や脳血管疾患、糖尿病発症との関連を示す研究報告が最も多い。
- AST (GOT) はメタボリックシンドロームや虚血性心疾患や脳血管疾患との関連に乏しい。
- ALT (GPT) はメタボリックシンドローム該当者に対する保健指導の効果を評価するために有効である。

4. 代謝系について

- ◎ 随時血糖でも虚血性心疾患や脳血管疾患の発症予測能があり、健診項目として活用可能である。
- ◎ 尿糖は健診項目から廃止することも可能とする。

(随時血糖について)

- 糖尿病の臨床診断のフローチャートでも、随時血糖はスクリーニング基準に位置づけられており、健診項目として活用可能である。
- 健常人では血糖値は食直後に上昇し食後約2時間程度で正常化する。随時血糖は測定するタイミングによって値が異なるため、判定値については検討を要する。
- 随時血糖を実施する場合にも、食直後の採血は避ける必要がある。
- 質問票等を活用して空腹時採血か随時採血かを区別する必要がある。

(尿糖について)

- 尿糖は腎臓の排泄閾値に影響を受けること、必ず代謝系の血液検査が実施され、HbA1c 検査も普及してきたことから、健診項目から廃止することは可能である。

(空腹時血糖について)

- 空腹時血糖の保健指導判定値について、現在は100mg/dl としているが、指導効果の高い保健指導対象者を選定する観点から、年齢等を考慮することが望ましい。

II. その他

- ◎ 健診項目は基本的な項目と医師の判断に基づき選択的に実施する詳細な健診の項目に区別されているが、健診項目に対応する主たる介入方法の違いに着目して、主として保健指導が必要な者を的確に抽出するための項目と、主として要医療者を抽出する項目に分類してはどうか。

第4回特定健康診査・特定保健指導の在り方に関する検討会の概要

I. 健診項目について

1. 尿腎機能について

- ◎ 尿腎機能検査は腎機能障害の重症化を早期に評価するための検査である。
- ◎ 尿腎機能検査は「基本的な項目」から「詳細な健診の項目」へと位置づけを整理し、検査の対象者を明確とした上で実施することとする。
- ◎ 尿腎機能検査の検査項目、実施すべき対象者、検査間隔等は改めて検討する。

(尿腎機能検査の目的について)

- 尿腎機能は虚血性心疾患や脳血管疾患の発症予測能はあるものの、高血圧や糖尿病に伴う腎機能障害に対する特定保健指導以外の保健指導は有効性が確立されていない。
- 尿腎機能検査は、主として医療機関への受診勧奨の対象者を選定するために実施する検査であるため、「基本的な項目」から「詳細な健診の項目」へと位置づけを整理し、検査の対象者を明確とした上で実施することとする。

(尿腎機能検査の検査項目について)

- 健康診査では感度も重要だが、受診者の不利益を最小化する観点から特異度が高く偽陽性が少ない検査を実施することが望ましい。
- 尿蛋白は起立性蛋白などの偽陽性が知られているが、偽陰性もあることが明らかとなった。
- 血清クレアチニン検査によるeGFRは、実測値とのばらつきが大きく偽陽性も多いため、経年変化で判断することが重要である。
- 尿腎機能検査の費用対効果は、血圧高値や高血糖の者に実施するなど対象者の層別化を行えば、十分受け入れられる程度であると推測される。

(尿腎機能の対象者、検査間隔について)

- 尿腎機能障害の者は、特定保健指導対象者である内臓脂肪の蓄積に起因する生活習慣病を有する者と必ずしも一致しないことがある。
- 特定健康診査の趣旨を踏まえると、尿腎機能検査は血圧高値や高血糖の者等に対して実施し、異常と認められる者は、臓器障害が疑われる者として医療機関へ受診勧奨することが重要と考えられる。

- 尿腎機能検査で異常とされた者は医療機関を受診し定期的に検査を実施することが想定されるため、これまで尿腎機能に異常を指摘されていない者を前提に尿腎機能検査を実施する検査間隔については引き続き検討を要する。

2. 血液一般について

- ◎ 血液一般は貧血の重症化を早期に評価するための検査である。
- ◎ 血液一般は健診項目から廃止することも可能とする。

- 血液一般は内臓脂肪の蓄積に起因した生活習慣病ではなく、特定健康診査において実施すべき検査項目とはいえないことから、検査項目から廃止することも可能である。

3. 12誘導心電図について

- ◎ 12誘導心電図は合併症としての心疾患の重症化を早期に評価するための検査であり、血圧高値や不整脈が疑われる者等に対して実施する。
- ◎ 12誘導心電図を実施すべき対象者は、早期に検査を受けることが望ましいことから、次年度に詳細な健診として実施するのではなく速やかな受診勧奨を行う。
- ◎ 特定健康診査において速やかに検査の実施が可能な場合は、引き続き詳細な健診として実施することは妨げない。

- 12誘導心電図で早期発見が期待される介入可能な健康事象には、高血圧による左室肥大や心房細動などの不整脈等がある。
- 臓器障害を評価するための検査であるため、対象者にはできるだけ早期に検査を実施するべきであり、異常を指摘された場合はできるだけ早期の精密検査や医療的な介入が望ましいことから、12誘導心電図は主として医療機関で実施することとし、特定健康診査では基本的に対象者に受診勧奨を行う。
- 一方で定期健康診断のように特定健康診査と同時に12誘導心電図を実施する場合もあることから、速やかに検査の実施が可能な場合は、引き続き詳細な健診として実施することは妨げない。
- 異常を指摘された者は医療的な介入が行われるため、詳細な健診であっても同一人物に毎年実施する必要はなく、数年に一度の実施でもよいのではないか。

4. 眼底検査について

- ◎ 眼底検査は合併症としての眼疾患の重症化を早期に評価するための検査である。
- ◎ 眼底検査を実施すべき対象者に対しては、早期の検査が望ましいことから、次年度に詳細な健診として実施するのではなく、対象者を明確とした上で速やかな受診勧奨を行う。
- ◎ 特定健康診査において速やかに検査の実施が可能な場合は、対象者を明確とした上で引き続き詳細な健診として実施することは妨げない。

- 眼底検査で早期発見が期待される介入可能な健康事象には、高血圧や糖尿病に伴う網膜症等がある。
- 臓器障害を評価するための検査であるため、対象者にはできるだけ早期に検査を実施するべきであり、異常を指摘された場合はできるだけ早期の精密検査や医療的な介入が望ましいことから、眼底検査は主として医療機関で実施することとし、特定健康診査では基本的に対象者に受診勧奨を行う。
- 一方で特定健康診査と同時に眼底検査を実施するなど、速やかに検査の実施が可能な場合は、引き続き詳細な健診として実施することは妨げない。
- 異常を指摘された者は医療的な介入が行われるため、詳細な健診であっても同一人物に毎年実施する必要はなく、数年に一度の実施でもよいのではないか。
- 眼底検査の判定は判定医の経験、技量に左右されるため、検査の精度が明確でなく、健診として実施する場合には判定基準の標準化を担保する必要がある。

II. その他

- ◎ 健康診査と医療が担うべき役割は区別されるべきである。
- ◎ 例えば、健診の受診を中断している患者や受診中だが適切な管理がされていない患者に対して注意喚起する意味で特定健康診査の検査項目を検討すべきではない。
- ◎ それらの者に対しては医療が担うべき役割として、確実な受診勧奨やガイドラインに基づいた医療を行うべきである。