

生活習慣病の進行のイメージ

健康な生活習慣



第1段階

- 不適切な食生活 (エネルギー・食塩・脂肪の過剰等)
- 運動不足
- 喫煙
- 過度の飲酒
- 過度のストレス

第3段階

- 肥満症 (特に内臓脂肪型肥満)
- 高血圧症
- 脂質異常症
- 糖尿病

第2段階

- 肥満
- 高血圧
- 脂質異常
- 高血糖

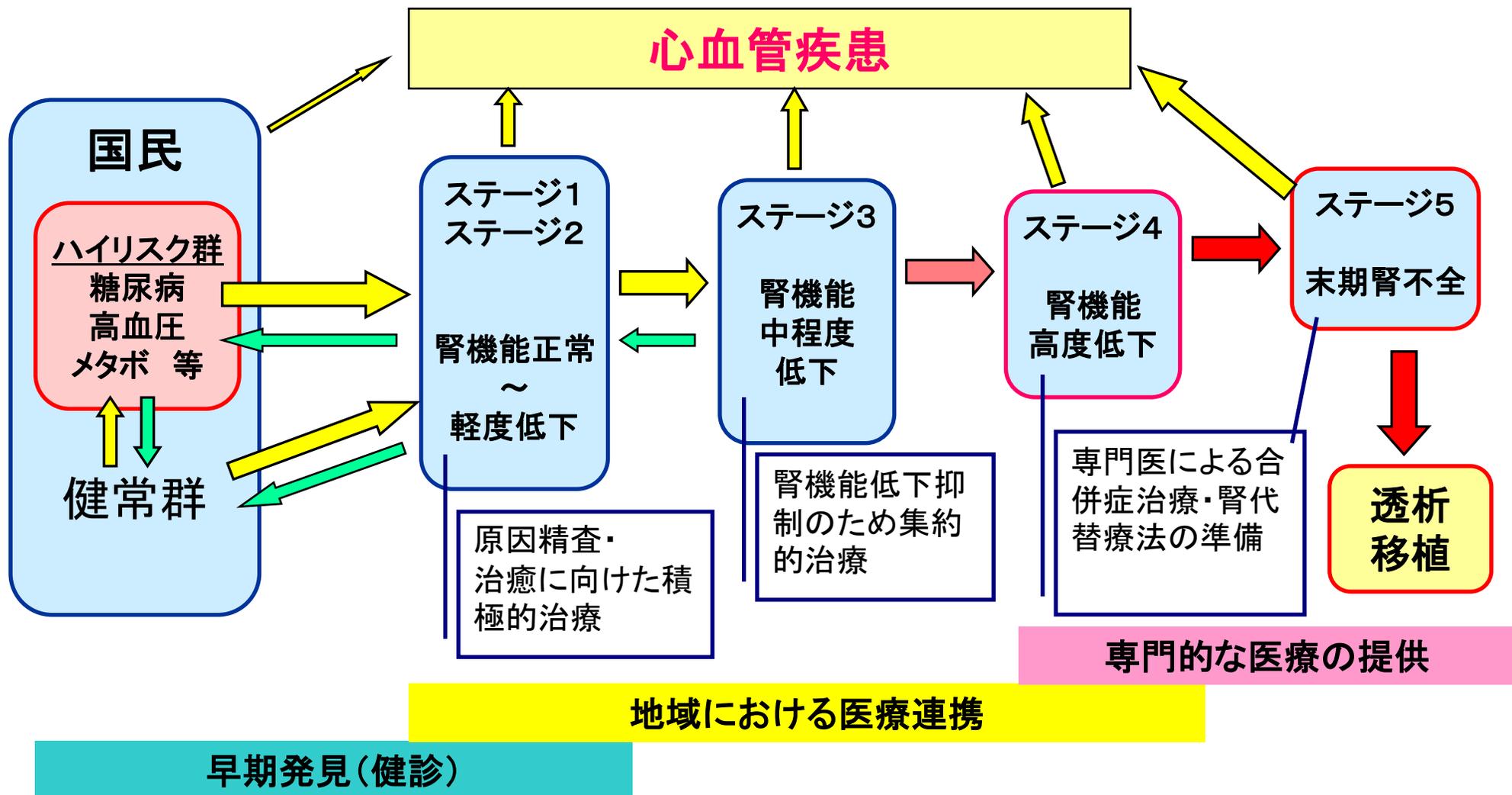
第4段階

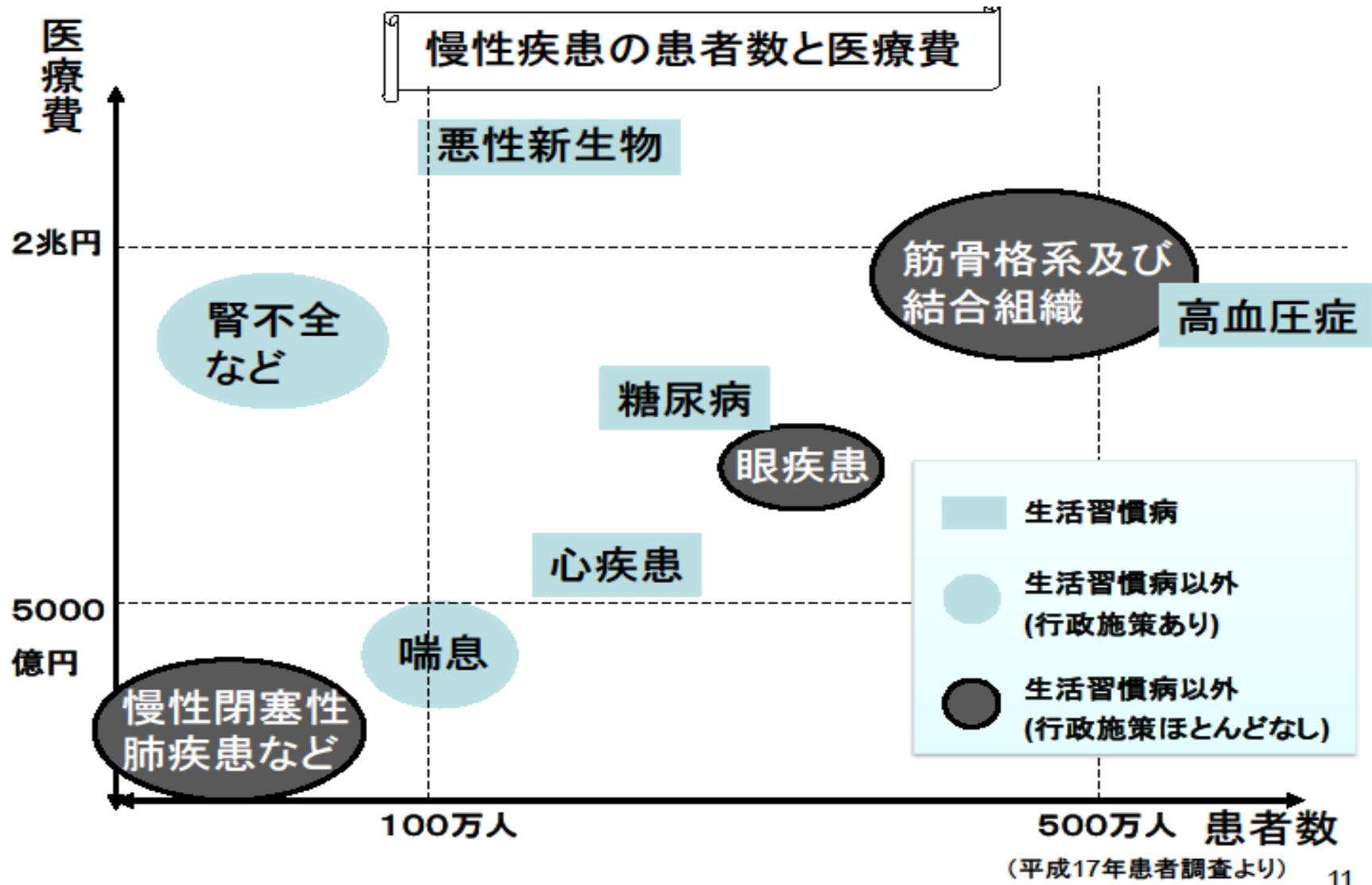
- 虚血性心疾患 (心筋梗塞・狭心症)
- 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
- 糖尿病の合併症 (人工透析、失明等)

第5段階

- 半身の麻痺
- 日常生活における支障
- 認知症

CKDの各ステージにおける対策





これからの健康づくり

- 人口の高齢化にともない、生活習慣病や慢性疾患の患者と潜在リスク者は増大し、それらの疾病負荷は社会にも個人にも大きなインパクトとなる。
- これまでの一次予防だけでなく、すでに発病した者への二次予防、三次予防も疾病負荷を減らすために重要。
- そのためには、社会全体で疾病負荷を管理していくという Socialized Disease Control (Management)の発想が必要。
- 医療関係者や国・自治体だけでなく、患者や患者団体の参加、企業の参加も必要。

参加者

- 国民(患者)ひとりひとり
- 患者団体・患者支援団体
- 保健医療福祉関係者・関係機関・関係団体
- 研究機関・学会・研究者
- 教育機関・教育者
- 企業(雇用者として／事業者として)
- メディア
- 行政
- その他

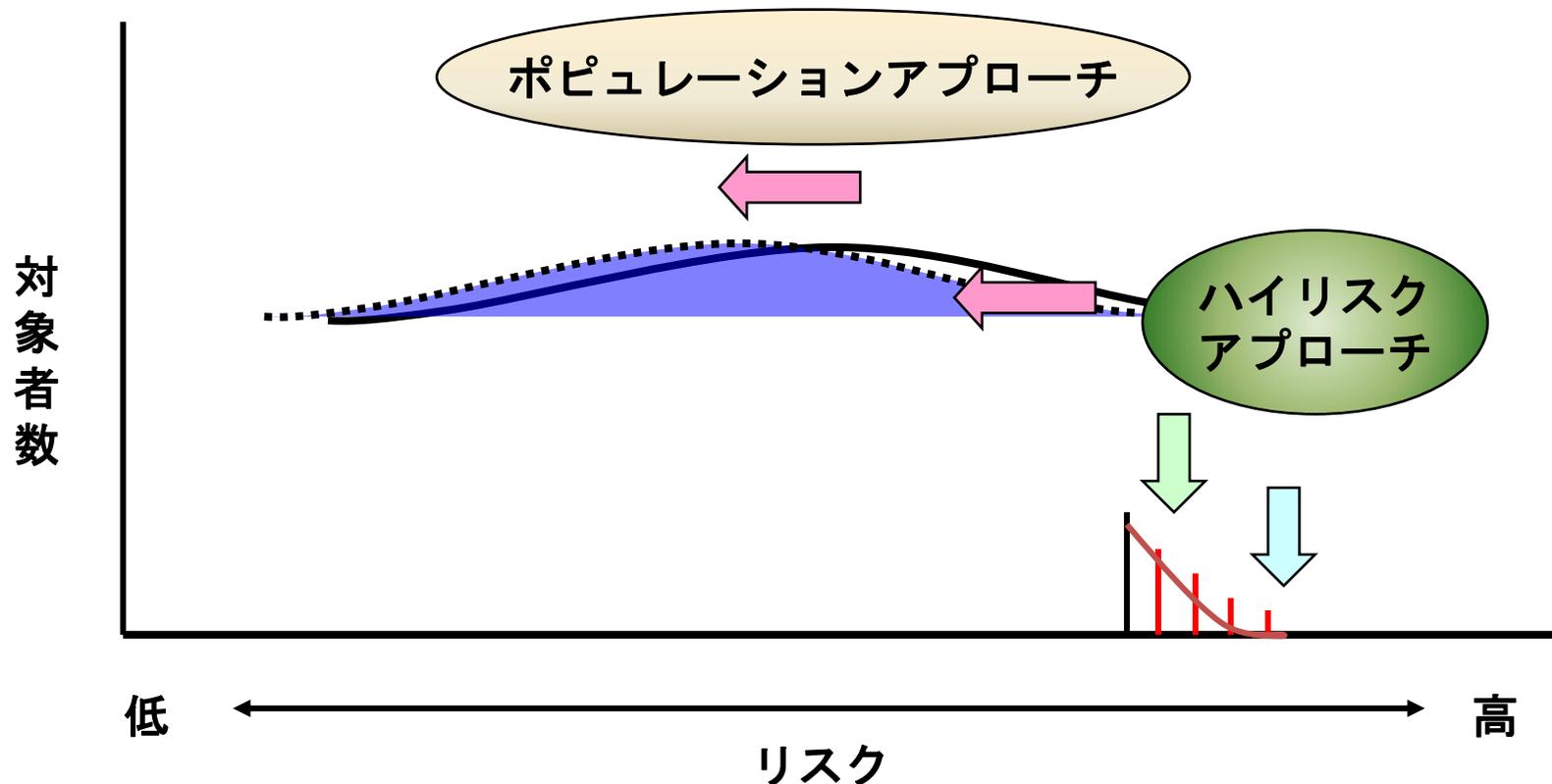
ポピュレーションアプローチ について

予防のアプローチ

ハイリスク・アプローチ: より高い危険度(リスク)を有する者に対して、そのリスクを削減することによって疾病を予防する方法

ポピュレーション・アプローチ: 集団全体で危険因子を下げる方法。

(健康日本21企画検討会・計画策定検討会報告書より)



「健やか生活習慣国民運動」の展開

—「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙」を目指して—

- 健康寿命の延伸を図り、明るく活力ある社会を構築するため、疾病の発症を予防する「一次予防」に重点を置いた健康日本21の取組の一環として実施。
- 健康日本21のうち、「運動・食生活・禁煙」に焦点。

【取組内容】

平成
21
年度

◆ターゲットを明確にした運動戦略の決定

「コミュニケーションの手引き」の作成

運動の戦略に関する分析・とりまとめ

- ・ターゲットに関する量的・質的な調査・分析
- ・行動変容の過程と要因の分析 等