

用 語 録

用語	解説
ア行	
インスリン	肝臓から出る血糖値を調節するホルモンで、体内組織における糖質・脂肪・たんぱく質・核酸の合成・貯蔵を促す作用があり、特にぶどう糖の筋肉内への取り込みを促進させ、血糖を減少させる。不足すると糖尿病になる。
インスリン初期分泌低下	血糖上昇に対してインスリン分泌が遅れている状態のこと。2型糖尿病患者に共通して見られ、遺伝すると考えられている。
インスリン抵抗性	インスリンがたくさん出ていても効かず、血糖が下げられない状態になっていること。
e GFR	推算糸球体ろ過量の略。腎機能の測定は通常イヌリンクリアランス検査を使用するが、測定が煩雑なため一般的にはe GFRを用いる。腎臓の糸球体における血液のろ過量を見ている数値。血清クレアチニン値及び年齢・性別の条件を用い、日本人の体格を考慮した推算式に入れて算出する。
HDL コレステロール	高比重リポ蛋白 (HDL) として血中に存在するコレステロール。善玉コレステロールと呼ばれる。主に体内の組織からコレステロールを受け取り、肝臓に運ぶ時の形態。
LDL コレステロール	低比重リポ蛋白 (LDL) として血中に存在するコレステロール。悪玉コレステロールと呼ばれる。LDL は、肝臓で作られたコレステロールを体内の末梢まで運ぶ機能があり、過剰になると動脈硬化などの原因となる。
カ行	
介護予防	要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと。そして、要介護状態であっても、その悪化をできる限り防ぐこと。さらには軽減を目指すこと。
科学的根拠に基づく糖尿病診療ガイドライン 2010	2010年10月に日本糖尿病学会より発行された日本における糖尿病診療の指針を示すガイドライン。
喀痰細胞診	痰を採取し、痰に含まれる細胞を検査すること。高危険群に対する胸部X線検査と喀痰細胞診併用法は、肺がん検診として死亡率減少効果を示す相応な証拠がある。（高危険群とは、おおむね高喫煙歴を有するものと同じで、喫煙指数400以上又は600以上とするのが一般的）
眼底検査	眼底は直接に血管を観察できる場所であり、眼底検査をすることで動脈硬化の程度を把握することができる。高血圧症、糖尿病といった血管に影響の出ることのある内科疾患に関しても重要な検査である。

狭心症	虚血性心疾患の一種で、心臓の冠状部の締め付けられるような一過性の痛みを主症状とする病気。冠状動脈の硬化・けいれんなどが原因で血流が一時的に減少し、心筋への供給が不足するために起こる。痛みが左腕のほうに放散するのが特徴。
巨大児	出生児の体重が 4,000 g 以上の新生児のこと
γ -G T	たんぱく質を分解する酵素の一つ。アルコールや薬剤などが肝細胞を破壊したときや、結石・がんなどで胆管が閉塞したときに、血中に出てくるもので肝臓や胆道に病気があると異常値を示す。特にアルコール性肝障害の指標として有効である。
虚血性心疾患	心臓を動かしている筋肉である心筋の血液の流れが低下又は遮断され障害が生じた状態をいう。主な疾患は、狭心症と心筋梗塞。冠動脈（心筋に酸素栄養を送る血管）が動脈硬化で狭くなったり、詰まったりすることが原因。
クレアチニン値	主に腎機能の指標に用いられる数値。クレアチニンとは、筋肉中に含まれるクレアチン（筋肉を動かすときに必要なエネルギー物質）が分解されたときにできる物質のこと。
頸動脈超音波検査	頸動脈は動脈硬化の好発部位であり、頸動脈の動脈硬化の程度から全身の動脈硬化の進行をおおむね把握することができる。
結核	「結核菌」を吸いこむことによって起こる感染症。菌は主に肺で増殖し、数週間以上続く咳、痰、発熱などの症状が持続。
健康寿命	寝たきりや認知症にならない状態で生活できる期間のことを指す。自立して長生きできる期間を延ばそうということ。
健康診査	20歳から39歳までの職場などで健診を受ける機会がない人を対象として行っている健診。
健康日本21	<p>壮年期死亡の減少・健康寿命の延伸を実現し、全ての人の生活の質の向上を目的としている。特に生活習慣病の一次予防に重点を置き、個人が主対的に健康づくりに取り組むことを重視し、科学的根拠に基づき対象者を明確にした上で地域の実情に即した目標を設定して取り組もうとするもの。</p> <p>地方計画での基本理念として、次の4点が挙げられている。</p> <ul style="list-style-type: none"> i. 地域住民を主人公として住民の実態に即して活動を進める。 ii. 住民が健康を増進できる能力を身に付けることを支える。 iii. 個人の努力を社会全体で支援するための環境を整備する。 iv. 計画の策定や取組みについては住民も積極的に参加し住民と行政が一体となっている

後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者（75才以上、又は65歳以上で一定の障害がある人）を対象として行っている健診。
高血圧治療ガイドライン 2009年版	2009年1月に日本高血圧学会より発行された日本における高血圧治療のガイドライン。
国民健康保険加入者の医療費（一般及び退職）	退職者医療制度とは、会社を退職した方が医療の必要が高まる時期に国民健康保険に移ることにより、国民健康保険の財政負担や加入者の保険料負担が過重になることを回避するために創設された制度。一般医療は退職者医療対象外の者が対象となる。
サ行	
細小血管症	糖尿病の血管合併症の一つ。高血糖の状態が長く続くと、腎臓の糸球体と目の網膜の細い血管が影響を受け、神経障害、腎症、足病変が起こる。
子宮頸部擦過細胞診	医師が子宮頸部を直接確認しながら、ヘラやブラシなどの器具で子宮頸部の細胞を擦り取ってくる方法。子宮頸がん死亡率減少効果を示す相応な証拠がある。
脂質異常症	血液中のLDLコレステロール、中性脂肪が基準より高い状態または、HDLコレステロールが基準より低い状態。
視触診	乳房、乳房表面の皮膚、乳頭及び腋窩（脇の下）の状況を観察し、所属リンパ節を含めて触り診察すること。
重症化予防	生活習慣病が悪化し、合併症を発症したり症状が進展したりすることを予防しようという考え方。重症化予防の徹底は、国の健康日本21（第二次）のなかでも重要な対策と位置づけられている。
心筋梗塞	虚血性心疾患の一種で、心臓の冠状動脈の血栓などによる閉塞、急激な血液の減少により、酸素と栄養の供給が止まり、心筋が壊死（えし）した病態。激しい虚心痛、ショック状態などが起こる。中年以後に多い。
心房細動	心房細動は不整脈の一つで、心房内で起こる早く不規則な刺激により、心房全体が細かく震え、まとまった収縮と弛緩ができなくなる状態のこと。心臓内に血栓ができやすくなり、脳梗塞の危険因子となる。心房粗動は心房が、規則的に1分間で220～350回電氣的に興奮するもの。一定の頻度で心室に興奮が伝わり、脈は規則的な状態になる。
生活習慣病	糖尿病、循環器病（脳血管疾患・心疾患など）、がん及び歯周病などが代表的なもので、食生活、運動、休養、禁煙及び飲酒などの日常生活習慣の在り方が心身の健康状態を悪化することに大きく影響している。

成人 T 細胞白血病ウイルス (HTLV-1)	成人 T 細胞白血病リンパ腫の原因ウイルス。発症及び HTLV-1 キャリア（無症状だがウイルスを体内の持っている状態の方）は主に西南日本に多い。キャリアの生涯発症率は 3～5%といわれている。感染経路は、垂直感染として母乳、胎盤、産道を介して、水平感染として性交、輸血、臓器移植などを介して広がる。
早産	妊娠 22 週から 36 週までの分娩をいう。
GOT・GPT	肝機能検査の項目の一つ。アミノ酸の合成に必要な酵素で、GOT は主に肝臓に多く含まれ、それらの細胞に障害があると血液中に出て数値が高くなる。
夕行	
耐糖能異常	糖の代謝能力が障害された状態のことであり、糖負荷試験 (OGTT) によってブドウ糖を負荷した後に、血糖値を測定することで評価できる。
中性脂肪	肝臓で作られたり、食物から吸収されたりする脂質の一種。体を動かしたり、体温を保持したりするエネルギー源である。中性脂肪の値が高くなり、皮下脂肪や肝臓などに過剰に蓄積されると、脂質異常症（特に高トリグリセリド血症）やメタボリックシンドローム、脂肪肝、肥満、動脈硬化などへとつながっていく。
統合失調症	原因不明で幻覚、妄想、まとまりのない思考や行動、意欲の欠如などの症状を示す精神疾患。
糖尿病性腎症	糖尿病の合併症の一つで、腎臓の機能（主に糸球体）に障害が起きること。
糖尿病性神経障害	糖尿病の合併症の一つ。高血糖の状態が長く持続すると起こる足や手など末梢の比較的細い神経線維から始まる末梢神経の障害と、心臓、血圧や胃腸の動きを司る自立神経の障害のこと。末梢神経障害も自律神経障害も、高血糖によって神経がむくむようになったり、高血糖で変性した蛋白がたまったり、神経に栄養を供給する細い血管が部分的に死滅するために発症すると考えられている。
糖尿病性網膜症	糖尿病の合併症の一つ。高血糖の状態が長く持続すると、目の網膜に広がっている毛細血管の障害が発生し（糖尿病性細小血管症）、進行すると失明することもある。
糖負荷試験検査	糖尿病の診断方法の一つ、糖尿病が疑われる患者に対し、短時間に一定量のブドウ糖水溶液を飲んでもらい、一定時間経過後の血糖値の値から、糖尿病が存在するかどうかを判断する検査。

特定保健診査 (特定健診)	高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、生活習慣病を予防するという観点で、平成20年4月から医療保険者に義務付けられた40歳から74歳を対象とする健診。メタボリックシンドロームに該当する人及び予備群の人について特定保健指導実施する。
ナ行	
乳幼児突然死 症候群 (SIDS)	健康と思われていた乳児が突然に死亡し、死因が明らかにできない場合をいう。
尿酸	物質代謝の最終生産物(プリン体等)の血中濃度のこと。通常は、老廃物として尿と一緒に排せつされる。
妊娠高血圧症候群	何らかの原因によって妊娠中に高血圧が起こる。または高血圧に加え母子の血管障害や様々な臓器障害が発生する全身性の症候群である。母体死亡、周産期死亡の主な原因となっている。
妊娠糖尿病	妊娠の影響によって糖尿病には至らない軽度の耐糖能異常をきたしたものの。母体の高血糖により、流産・早産、胎児発育不全や新生児低血糖など様々な合併症を引き起こす。
年齢調整死亡率	基準となる人口の年齢構成を考慮して補正した死亡率で、年齢構成の著しく異なる群間の比較を可能にしたもの。
脳血管疾患	脳内の動脈が破れたり、詰まったりすることで血液が流れなくなり、脳に障害が及ぶもので、一般に脳卒中といわれるものなど、脳血管に関する病気の総称。
ハ行	
ヒトパピローマウイ ルス (HPV)	皮膚や粘膜に感染するウイルスのこと。100種類以上のタイプがあり、高リスク型(発がん性)と低リスク型(非発がん性)に分けられる。高リスク型のHPV16型とHPV18型は、子宮頸がんを発症している20～30代の女性の約70～80%から見つかっている。
肥満傾向児	性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が20%以上の子どものこと。 肥満度 = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) ÷ 身長別標準体重(kg) × 100 (%)
標準化死亡比 (SMR)	死亡数を人口で除した死亡率で比較すると、高齢者の多い地域では死亡率が高くなる傾向があるため、人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。国平均を100とし、100以上は国平均より死亡率が高く、100以下は低いとされる。

標準的な健診・保健指導プログラム (確定版)	糖尿病等の生活習慣病有病者・予備群の減少、中長期的な医療費の伸びの適正化をはかるため、医療保険者が効果的・効率的な保健指導を実施するよう厚生労働省が平成 19 年 4 月に作成したもの。
ヘリコバクター・ピロリ菌 (HP)	単にピロリ菌とも呼ばれ、胃粘膜表面に生息している細菌。近年の研究によりこのピロリ菌が胃潰瘍の発症に影響を与えていることが指摘されており、消化性潰瘍との間で研究が進められている。
便潜血検査	便の中に大腸がんの表面からの微量な出血がないかを調べる検査。大腸がん死亡率減少効果を示す十分な証拠がある。
マ行	
慢性腎臓病 (CKD)	腎臓の働き (GFR) が健康な人の 60%以下 (GFR が 60ml/分/1.73m ² 未満)、蛋白尿のいずれか、または両方が 3 カ月以上持続する状態。
マンモグラフィ	乳房専用の X 線撮影装置。乳房を台に乗せ、透明の板で平たく挟み撮影する。小さなしこりや、微細な石灰化を映し出すことができるため、自己健診や医師の触診で発見されないようなしこりや、石灰化のある小さな乳がんの早期発見につながる。
メタボリックシンドローム	心筋梗塞や脳梗塞発症の危険性を高める内臓脂肪症候群。内臓脂肪の蓄積に、高血圧・脂質異常・高血糖の 2 つ以上があてはまるとメタボリックシンドロームと診断される。
ラ行	
レセプト	患者が受けた診療について、医療機関が保険者 (市町村や健康保険組合等) に請求する医療費の明細書。
Ⅱ度 (中等症) 高血圧 Ⅲ度 (重度) 高血圧	Ⅱ度 (中等症) 高血圧: 収縮期血圧 160~179mmHg または、拡張期血圧 100~109mmHg Ⅲ度 (重度) 高血圧: 収縮期血圧 180mmHg 以上または、拡張期血圧 110mmHg 以上
ハ行	
BMI	「体重 (Kg) ÷身長 (m) ÷身長 (m)」で算出される体格指数のことで、肥満度を測るための標準的な指標。Body Mass Index の略。
HbA1c	赤血球の中にある酸素を運ぶヘモグロビンに血液中の糖が結合したもので、過去 1~2 か月間の平均血糖値を表す。