

保健活動リレーエッセイ



“まちの健康支えます！”



御船町健康づくり支援課健康推進係 保健師 日高梨沙

生活習慣病の重症化予防で住民の健康を守っていきます！

“病気になった方へのケアではなく、病気になる前に関わりたい”と思い保健師として御船町で働き始めて、今年度で 11 年がたとうとしています。入庁当初は主に母子保健を担当し、歯科保健、精神保健とひととおり担当して、現在は成人保健関係を中心に仕事をしています。

今年度、第 2 期のデータヘルス計画を策定するために、御船町のデータ分析をしています。第 1 期の計画期間の成果はちょっぴり出ていますが、大きな課題も噴出し、まだまだやるべきことは山積みです。

先日、とある住民の方（70 代男性 M さん）がこんな訴えをしてきました。「先生から人工透析間近と言われた。透析になりたくない。どうしたらいいか?」。検査データを見せてもらおうと、がくぜんとしました。直近のデータで eGFR が 9.6、腎性貧血もあり、お薬の量は半端じゃない量です。町での健診は一度も受けたことがない方でした。

医療機関と連携してやっていければと DM 手帳を使ってみることにしましたが、うまくいかず途方に暮れてしまいました。今までの検査データが手元にないので、M さんの経過はわかりません。わからないということがこんなにも関わりにくいものだとことを痛感しました。それでも M さんの「透析になりたくない」という思いに寄り添い、できることを少しでも M さんと一緒に考えていきたいと思っています。

この M さんのケースからは、どうやったら予防できたのかということを考えさせられました。レセプトには脳梗塞、心疾患（狭心症、心筋梗塞）、高血圧、糖尿病、高尿酸血症…あらゆる病名が並んでいました。M さんの全身の血管は傷だらけであることが容易に想像できます。M さんに関わる機会はどこにあったのか？ たくさんあったように思います。

M さんのケースから、レセプトと健診データの突合から誰をターゲットに関わっていくべきかということを感じ、まさに今立てている第 2 期データヘルス計画に沿って事業を実施していくことの重要性を感じています。

生活習慣病は予防が可能です。私たち町の保健師は、“予防できるものは予防する”ことが本来の仕事です。そのための保健指導です。生活習慣病は重症化するまで自覚症状がありません。自覚症状がない中で関わる難しさもありますが、これは私たちにしかできないことです。

私たちには、生まれてからお年寄りまでのあらゆる年代の住民を対象に生活習慣病の発症予防や重症化予防を徹底することで、要医療や要介護状態になるのを防止することが求められています。大きな責務だと認識し、これからの仕事も頑張っていきます!!



筆者は左から二人目