

# 生活習慣病管理料とは

当院では、生活習慣病指導管理料（社会保険・国民健康保険）を使って、3～4ヶ月月間を目安に栄養および運動指導を中心に治療を行います。（診療報酬の1～3割の自己負担があります）

対象となる疾病は「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症（高脂血症）」です。これらの病気は生活習慣に関する総合的な指導および治療管理が必要です。そこで2002年4月の診療報酬改定において、生活習慣病の改善・治療を目的として新たに設けられた制度です。

## ◆手続きは？

生活習慣病指導管理を受けるには、医師が作成した「生活習慣病 療養計画書」を患者さんが確認し、了解した上で、その書面に双方の署名捺印が必要となります。予約が必要ですので、診察の際にご希望の旨お申し出ください。

## ◆どのような内容？

### ◇事前あるいは開始日当日

事前に次のような検査を行います。

- ① 血液検査（血糖・HbA1c・中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・）② 動脈硬化検査

※必要に応じた検査項目を決定します

### ◇1ヶ月目

初回時に次のような測定と指導を行います

- ①身長・体重・腹囲・血圧の計測 ②医師の診察・総合判定※血液検査の有無は医師が判断します  
③栄養指導 ④ 運動療法（月に1～4回・相談の上決定します）

※ご希望の方は毎週火曜日午後の集団運動教室に参加することができます。（運動教室の参加料はいただきません）

### ◇2ヶ月目

診察、採血、血圧や体重記録による評価。栄養指導と個別運動療法（月に1～4回・相談の上決定します）、もしくは毎週火曜日午後の集団運動教室に参加することができます。

### ◇3～4ヶ月目

治療効果を確認するため、初回時と同程度の検査および指導を行い評価をします。集団運動教室に引き続き参加いただけます。

※集団運動教室は日程変更の可能性があります。事前に日程をご確認ください。

## ◆3～4ヶ月で改善がみられない、もしくは更なる指導が必要な時は？

生活習慣病管理指導料は、4ヶ月毎に更新ができますので、新たに医師の作成した「生活習慣病療養計画書」を再度作成し、継続して指導管理を受けることができます。

## ◆自己負担はどれくらい？

疾病により異なります。1ヶ月の疾病別自己負担の目安は下表の通りです。（消費税含まず）

1ヶ月の自己負担金の目安	1割負担の目安	3割負担の目安
糖尿病	1,000～1,500円	3,000～4,500円
高血圧症	900～1,200円	2,700～3,600円
脂質異常症	850～1,400円	2,600～4,200円