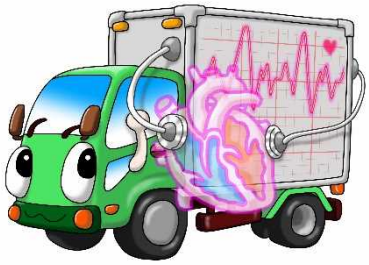
自動車運送事業者における
心臓疾患 大血管疾患 対策ガイドライン
【概要版】



本ガイドラインのポイント

知識

1章

★健康起因事故の原因となる心臓疾患、大血管疾患

★疾患の原因と予防

（参考）関係法令について

実践

心臓疾患、大血管疾患の早期発見と発症予防のための実施事項

事業者が実施

2章-1
「重篤な疾患を見逃さないために注意すべき症状」を把握
症状あり

「疾患を見逃さないために注意すべき症状」について運転者に周知する。また、症状について日ごろから点呼等で確認し、医療機関の受診が必要な症状が現れた場合は、受診を促す。

2章-2
定期健康診断結果による事後措置
要受診者

定期健康診断の結果および所見について、要精密検査や危険因子に関し一定の目安に該当した場合には医療機関への受診を促す。

2章-3
スクリーニング検査の実施
リスク者

定期健康診断に追加してスクリーニング検査（オプション等）を受診する対象者を選定する。

スクリーニング検査

スクリーニング検査の結果で受診が必要な場合は医療機関への受診を促す。

5章
生活習慣改善を促す
全員

運転者に対して、生活習慣の改善を促す社内教育や施策を実施する。
健康保険組合や協会けんぽと協力して特定保健指導を実施する。

2章-4
医療機関への受診を促す

受診時に医療機関に対し予め運転業務に関する情報提供を依頼

医療機関が実施

2章-3
スクリーニング検査

3章
精密検査

治療

事業者が実施

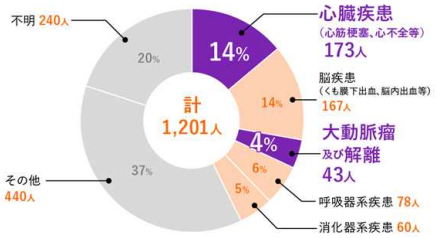
運転者の運転業務に関する意見を医療機関から聴取

4章
就業上の措置

運転中に**心臓疾患、大血管疾患**を発症すると・・・

意識障害、心停止等により
事故回避措置が取れず、
重大事故を引き起こす原因になりかねません！！

運転者の疾病により事業用自動車の運行を継続することができなくなった事案
（平成25～29年：計1,201件）



発症する前の『早期発見・予防』が重要です
医療機関への受診勧奨とスクリーニング検査を実施しましょう

運転者が健康で安全に業務ができる職場環境にしましょう

主な心臓疾患、大血管疾患

〈運転業務中の自動車事故との関連が高い心臓疾患、大血管疾患〉

- 冠動脈疾患（心筋梗塞・狭心症）
- 不整脈疾患
- 失神発作
- 大動脈瘤 大動脈解離
- 静脈血栓塞栓症（エコノミークラス症候群）

原因と予防法

事故発生のメカニズム	予防法
悪い生活習慣、悪い勤務環境	生活習慣改善を促す
健康状態の悪化	定期健康診断結果による事後措置
病気の発症	スクリーニング検査の受診
運転に影響する症状	重要な症状を把握

意識の消失
運転操作困難
認知能力低下
→ 健康起因事故

重要な症状

運転者に対して、注意すべき症状を周知し、適切な行動が取れるようにしましょう。

急な対応を要する症状

- 胸の中心からのどや顎、左肩、背中にかけて感じる持続する痛みや圧迫感
- 激烈な痛みを伴う胸痛、腰痛、腹痛
- 息切れ、めまい、吐き気を伴う胸痛
- 呼吸困難
- 冷や汗を伴う動悸
- 気が遠くなる症状（失神）
- 安静時にも現れる胸痛

直ちに救急車を呼ぶなど医療機関への受診をさせるようにしましょう。

〈主な前兆や自覚症状〉

病 名		主な前兆や自覚症状
心臓疾患	冠動脈疾患 （心筋梗塞、狭心症）	**典型的な症状：**胸が痛い、胸が圧迫される、締め付けられる **付随する症状：**のどから顎、左肩、左上肢、心窩部（みぞおち付近）の痛み、吐き気
	心不全	・尿量が減る　・体重が増える　・咳、痰 ・足のむくみ　・息切れ、呼吸がしにくい ・消化器症状（食欲低下、吐き気、身体がだるい、肝臓のあたりが重いなど）
	不整脈	・脈が飛ぶ、胸部の不快感、動悸、めまい等 ・重篤になると吐き気や冷や汗、意識が遠くなる（失神状態）
大血管疾患	胸部大動脈瘤	・しゃがれ声（嗄声）になってきた　・慢性的な背部痛 ・急な激しい胸痛・背部痛
	腹部大動脈瘤	・腹部膨満感（おなかのハリ）　・腹部に拍動性の塊を自分で触れる ・腰痛が続く
	大動脈解離	・急な激しい胸痛・背部痛

下線のある症状：医療機関への受診を促すべき症状です。
下線のない症状：緊急性はないが、継続して症状がある場合は受診を促すべき症状です。

定期健康診断の結果による対応

〈早期に専門医を受診すべき対象者〉

危険因子	早期に専門医を受診すべき対象者の目安
① 冠動脈疾患、心房細動等の症状を伴う不整脈、大動脈疾患が疑われる場合	
② 高血圧	若年（40歳以下）や急激な発症 未治療で　最小血圧 120mmHg以上 治療中でも 最大血圧 180mmHg以上、最小血圧 110mmHg以上
③ 糖尿病	HbA1c（NGSP） 8.0%以上 空腹時血糖　200mg/dl以上（または随時血糖 300mg/dL以上）

発症リスク高！早めに専門医を受診してください。

〈医療機関への受診を促す目安〉

危険因子	健康診断結果による受診勧奨の目安
血 圧	最大血圧　140mmHg以上 最小血圧　90mmHg以上
脂 質	HDLコレステロール　35mg/dL未満 中性脂肪　300mg/dL以上 LDLコレステロール　140mg/dL以上
血 糖	空腹時血糖　126mg/dL以上 HbA1c（NGSP） 6.5%以上
腎機能	eGFR＜45ml/分/m^{2}あるいは高度たん白尿 45≦eGFR<60ml/分/m^{2}で軽度たん白尿
肥 満	BMI　35.0以上
心電図	健診機関の判定が要再検査や要精密検査、要治療（要医療）であった場合
問 診	・過去５年以内の意識消失発作（失神）の既往 ・家族の原因不明の突然死歴（55歳以下で発病）

医療機関を受診しましょう。

スクリーニング検査

症状や健康診断の結果から医療機関を受診した場合に、医師から必要なスクリーニング検査の実施を勧められることがあります。この場合、スクリーニング検査は保険診療で実施されます。

運転者は医師の説明を理解した上でスクリーニング検査を受診しましょう。

〈心臓疾患、大血管疾患に対する代表的なスクリーニング検査〉

標準12誘導 心電図検査	ホルター 心電図検査	運動負荷 心電図検査	ABI検査
頸動脈超音波検査	心臓超音波検査	胸部単純CT検査 腹部単純CT検査	腹部超音波検査

自主的なスクリーニング検査

定期健康診断のオプションや人間ドックとしてスクリーニング検査を受診することができます。心臓疾患や大血管疾患の発症リスクが高いと考えられる対象者には、自主的なスクリーニング検査を実施させるようにしましょう。

医療機関に検査の実施が可能かどうか確認し、受診させるようにしてください。なお、自主的なスクリーニング検査は保険診療の対象とはなりません。

〈自主的な受診を推奨するスクリーニング検査〉

頸動脈超音波検査 （頸動脈エコー検査）	ABI検査 （四肢血圧脈波検査）	胸部単純CT検査 腹部単純CT検査	腹部超音波検査 （腹部エコー検査）
検査費用 注） 6,000~10,000円程度	検査費用 注） 3,000円程度	検査費用 注） 各15,000~20,000円程度	検査費用 注） 6,000~10,000円程度

注）検査費用については、使用している検査機器の違いや、他検査項目との組合せによるセット価格の設定等により、医療機関によって異なることがありますので、事前に検査を実施する医療機関に問い合わせるようにしてください。

〈自主的なスクリーニング検査の対象者〉

受診頻度：２ないし３年ごとに実施することを推奨

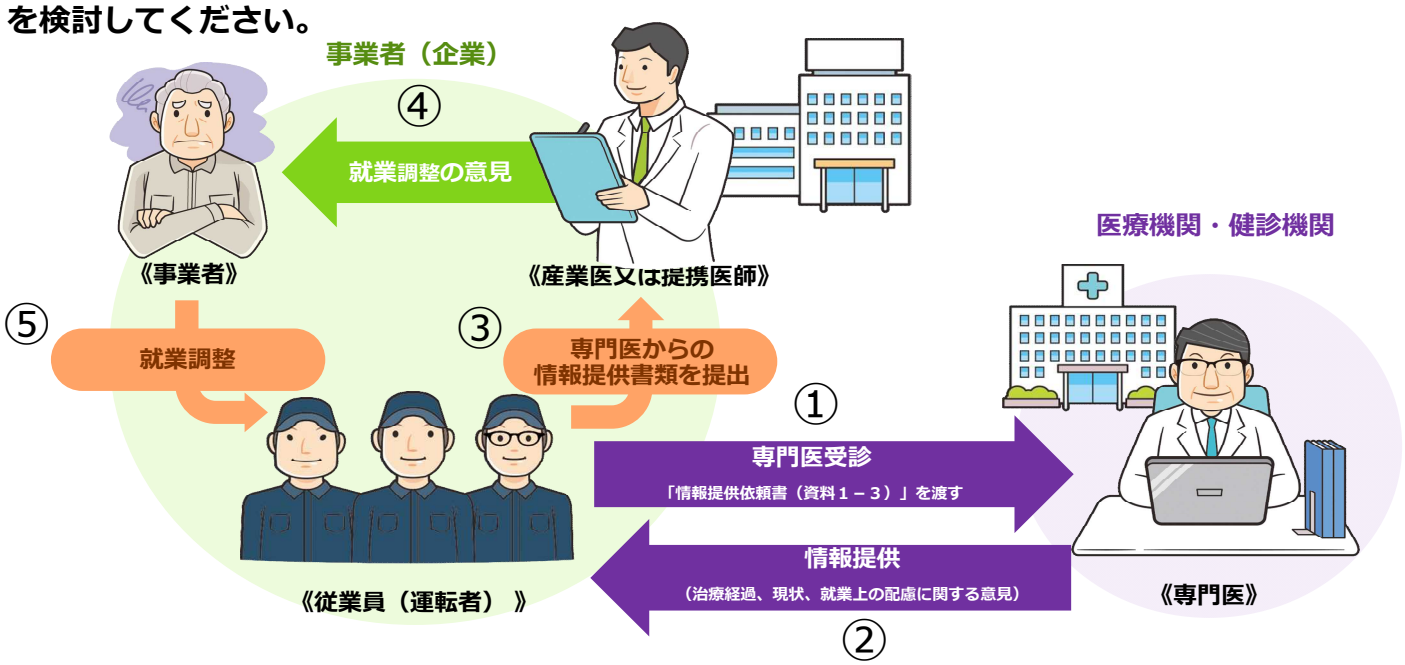
自主的なスクリーニング検査の受診を推奨する目安	
1	前年度定期健康診断にてメタボリックシンドローム該当者と判定された50歳以上の対象者
2	前年度定期健康診断から医療機関への受診を促す目安（P.12記載）に該当する対象者
3	心臓疾患、大血管疾患の既往歴、過去に同疾患の症状があったことが分かっている対象者
4	突然死の家族歴（55歳以下で発病）を有する対象者

＊喫煙歴がある運転者は特に優先順位を高くすることを推奨します。

専門医の受診と就業上の措置

症状や定期健診、スクリーニング検査の結果からリスクの高い運転者をピックアップできたら、医療機関の受診を促しましょう。

専門医からの情報を産業医（または提携医師）と共有し、就業調整が必要な運転者に対する対処を検討してください。



生活習慣の改善

心臓疾患、大血管疾患の予防のためには、生活習慣の改善を行うことが重要です。事業者は運転者に対して日頃から生活習慣の改善を促すことが重要です。

生活習慣の改善のポイント

- **喫煙者であれば禁煙をしましょう。**
- 食事では、塩分の高い食事や、脂肪分の高い食事、カロリーの高い食事は控えましょう。加えて、食べ過ぎに注意しましょう（腹八分目）。
- 野菜や果物には血圧値の低下を助けるカリウムが含まれているので、積極的に食べるようにしましょう。
- 塩分を控え、一日の塩分摂取量を６g以下にしましょう。ラーメン等の麺類の汁は残しましょう。
- 過度の飲酒は控えましょう。
- 肥満は、高血圧・糖尿病の原因となるだけでなく、それ自体が心臓疾患・大血管疾患を発症する原因にもなるので、体重管理をしましょう。
- 肥満予防と体調管理のために、体力に合った適度な運動を続けるようにしましょう。毎日30分程度の汗をかく程度の運動がよいでしょう。男性では1日9,000歩、女性では8,000歩を目標としましょう。

本資料は、『自動車運送事業者における心臓疾患、大血管疾患対策ガイドライン』 の概要をまとめたものです。
詳しくはガイドラインの本文をご参照ください。

自動車運送事業者における心臓疾患、大血管疾患対策ガイドライン　検索

国土交通省・自動車総合安全情報ウェブサイト
http://www.mlit.go.jp/jidosha/anzen/03manual/index.html

国土交通省自動車局　令和元年７月